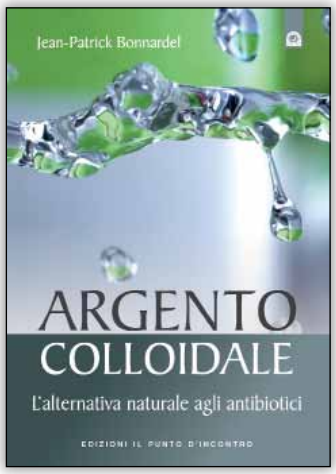
CATALOGO

MARZO – AGOSTO 2015

EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO

liberi di leggere,
leggere per
essere liberi

www.edizioniilpuntodincontro.it



ISBN 978-88-6820-176-0
192 pp. - 12 x 17 - Euro 8,90

SALUTE E BENESSERE — **NOVITÀ MARZO 2015**

Jean-Patrick Bonnardel

ARGENTO COLLOIDALE

L'alternativa naturale agli antibiotici

L'argento colloidale è un potente antibiotico e antibatterico naturale. Le sue micro particelle riescono a penetrare la membrana protettiva dei batteri patogeni, disattivando la loro capacità di nuocere all'organismo nel giro di pochi minuti! Forte di numerosi studi clinici, l'argento colloidale dimostra tutta la sua azione germicida ad ampio spettro (è in grado di alleviare più di 650 affezioni diverse), garantendo al contempo l'assenza di effetti nocivi sull'organismo. Per la sua efficacia come antibatterico e la sua delicatezza sul corpo umano, l'argento colloidale è un rimedio da tenere sempre a portata di mano per tutta la famiglia. Potete usarlo in gocce, spray, come collutorio, lavaggio interno, ma anche ad uso esterno per affezioni cutanee, lavare frutta e verdura, depurare l'acqua, disinfettare oggetti di uso domestico o per la cura degli animali.

ISBN 978-88-6820-178-4
192 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90

SALUTE E BENESSERE — **NOVITÀ MARZO 2015**

Peter Kern

AMALGAMA: IL VELENO NEI DENTI

La causa nascosta di molte malattie

L'80-90% delle persone ha ancora otturazioni dentali in amalgama, una miscela di metalli pesanti tossici come mercurio, argento, stagno, zinco e rame che vengono continuamente rilasciati dalle otturazioni e assorbiti dal corpo. Chiunque abbia in bocca otturazioni in amalgama ingoia costantemente mercurio e altri metalli pesanti, tossici per l'organismo! E gli effetti nocivi non tardano a manifestarsi, perché i metalli pesanti si accumulano in vari organi e nel cervello, provocando molte malattie la cui vera causa è poi difficile da identificare… Peter Kern esamina a fondo la questione, analizzando gli effetti dei metalli pesanti sull'organismo e aiutandoci a comprendere se e quanto ne siamo intossicati. Descrive inoltre come scegliere il metodo giusto per liberarsene, presentando possibili soluzioni e trattamenti efficaci, dimostrando che un valido aiuto può venire dalla naturopatia.

ISBN 978-88-6820-180-7 - 244 pp.
17 x 22 - Illustrato - Euro 13,90

SALUTE E BENESSERE — **NOVITÀ MARZO 2015**

Jean-Pierre Barral

Dallo stesso autore di: Comprendere i messaggi del nostro corpo a pag. 47

COMPRENDERE I MESSAGGI DELLE NOSTRE ARTICOLAZIONI

Prevenire e curare tensioni e dolori scoprendo il legame tra giunture, emozioni e comportamenti

Lo sapevi che i dolori alle anche possono essere legati a un trasloco non voluto, una mancanza di affetti familiari o alla paura del cambiamento? Trattare un dolore a un'articolazione affrontandone la causa emotiva soggiacente significa decifrarne i messaggi per andare al cuore del problema e cogliere la possibilità di risolverlo in maniera definitiva. Jean-Pierre Barral spiega infatti che non è un caso se ci fa male un ginocchio, la schiena o altro. Esaminando migliaia di casi, ha potuto stabilire chiare e inequivocabili associazioni tra emozioni, comportamenti e dolori articolari. Diventare consapevoli di questo legame può aiutarci a eliminare le tensioni e i dolori che ci affliggono. *Comprendere i messaggi delle nostre articolazioni* è un viaggio illuminante per comprendere se stessi.

ISBN 978-88-6820-182-1
320 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90

NUOVE FRONTIERE DEL PENSIERO **NOVITÀ MARZO 2015**

Caroline Myss

ARCHETIPI

Scopri chi sei

Cosa stai cercando? Qual è il tuo scopo nella vita? Comprendi le tue attrazioni e repulsioni

Intellettuale, creativo, ribelle, idealista, dirigente, fashionista… tutti i modi di essere che la società e i mass-media presentano come modelli di comportamento universalmente noti e accettati sono archetipi ai quali possiamo ricondurre molti tratti della personalità. Scoprirne la struttura e il modo in cui si sono evoluti può permetterti di capire meglio te stesso, chi sei e qual è il tuo posto nel mondo. "Chi sono io? Come posso sentirmi più appagato? Qual è il mio scopo nella vita?" sono domande fondamentali che trovano risposta nell'archetipo più vicino alla tua personalità. Individuando quello che meglio ti descrive, potrai usare questa conoscenza per prendere decisioni più felici e di successo in numerosi ambiti della vita, evitando le trappole che la tua personalità ti tende. Gli archetipi sono le chiavi che dischiudono la porta del tuo potere personale: impararne il linguaggio, i segni, i simboli e il modo di manifestarsi produce straordinarie trasformazioni del tuo sé più profondo, con incredibili ripercussioni sulla realtà esterna.

ISBN 978-88-6820-184-5
320 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90

NUOVE FRONTIERE DEL PENSIERO **NOVITÀ APRILE 2015**

Jean Haner

LA SIMMETRIA NASCOSTA

Scopri il tuo progetto di vita nella tua data di nascita

Con le affermazioni di Louise Hay,
autrice del bestseller *Puoi guarire la tua vita*

La simmetria nascosta attinge ai principi della visione cinese dell'universo, in particolare al "Ki delle nove stelle", per svelare il complesso disegno che si cela dietro il tuo cammino di vita e che risponde a una precisa simmetria nella quale è racchiusa la tua vera essenza. Spingendosi ben oltre l'astrologia e la numerologia, Jean Haner esamina gli schemi assunti dallo scorrere del tempo e il modo in cui questi si ripercuotono su ciascuno di noi. La conoscenza di questi meccanismi permette di capire i perché di determinate esperienze di vita, sfruttare i punti di forza, ritrovare l'equilibrio e godere appieno della tua esistenza. *La simmetria nascosta* ti insegna a seguire il flusso della vita anziché nuotare controcorrente e a capire il passato per vivere al meglio il futuro. Riconoscere chi sei davvero e toccare con mano la tua vera natura, liberandoti da schemi comportamentali restrittivi, ti aiuterà a portare gioia, vitalità e amore nella tua vita!

Daniele Ronchi
COSTELLAZIONI FAMILIARI SISTEMICHE
Manuale di autoanalisi secondo il metodo di Bert Hellinger
Con questionari ed esercizi

ISBN 978-88-6820-185-2
128 pp. - 14 x 21 - Euro 9,90

SALUTE E BENESSERE PSICHE **NOVITÀ APRILE 2015**

Daniele Ronchi

COSTELLAZIONI FAMILIARI SISTEMICHE

Manuale di autoanalisi secondo il metodo di Bert Hellinger
Con questionari ed esercizi

Le *costellazioni familiari sistemiche* ti permettono di conoscere e capire la tua storia per trovare il tuo reale posto nella vita. Ogni famiglia sviluppa all'interno un proprio sistema che si solidifica nel tempo in un modello che influenza il rapporto tra i suoi componenti. È un microcosmo che si proietta all'esterno imponendo inconsciamente i suoi meccanismi nella realtà circostante. *Le costellazioni familiari sistemiche* ti libera attraverso regole chiare universali da applicare e un sistema semplice e facile da seguire: il metodo di Bert Hellinger. Mettendone in pratica gli insegnamenti imparerai a comprenderti e ad amarti acquisendo un benessere personale che si trasmetterà all'esterno. Ne trarranno perciò beneficio i rapporti personali, che ti sembreranno molto più chiari e semplici da gestire.

ISBN 978-88-6820-187-6
160 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90

SALUTE E BENESSERE — **NOVITÀ APRILE 2015**

Stefano Momentè

CIÒ CHE NON SAI SUL CIBO E CHE POTREBBE SALVARTI LA VITA

Sei davvero sicuro che quello che hai nel piatto ti faccia bene? E sai cosa ti viene nascosto sul cibo? Qual è il rapporto tra alimentazione e le cosiddette malattie del benessere? Basandosi su una ricca bibliografia di studi scientifici, Stefano Momentè dimostra quanto ancora sia limitata la conoscenza sul potere che ha il cibo di modificare lo stato di salute. Sfatando luoghi comuni, mette in luce il lato oscuro dell'alimentazione moderna e della pubblicità fuorviante, quando propone immagini idilliache che si rivelano veri e propri attentati alla salute. Grazie a un linguaggio semplice e immediato, *Ciò che non sai sul cibo e che può salvarti la vita* permette di comprendere l'origine delle principali malattie dell'era moderna e si rivela una guida preziosa per tutti coloro che ritengono che la buona salute cominci a tavola, per chi vuole cambiare modo di alimentarsi e migliorare così la propria condizione, per chi segue o vorrebbe seguire un'alimentazione vegetariana o vegana, per chi ha a cuore il proprio benessere e quello dei propri cari.

ISBN 978-88-6820-189-0
128 pp. - 12 x 17 - Illustr. a colori
Euro 9,90

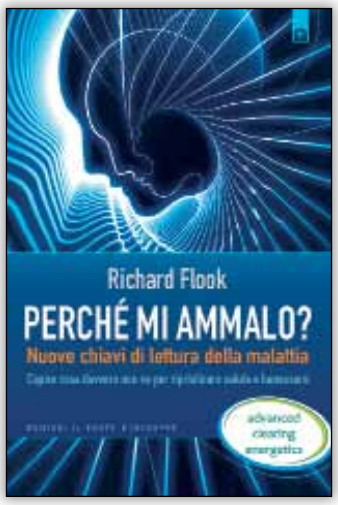
SALUTE E BENESSERE — **NOVITÀ APRILE 2015**

Josef Pies

ACAI: IL FRUTTO DELLA VITA

Una miniera di sostanze vitali
Antiossidante, dimagrante, ringiovanente, antistress

Le bacche di acai sono buone da mangiare e ottime per la salute! Un solo un cucchiaino di bacche contiene un numero di antiossidanti pari a tre mele o cinque banane! Questo frutto brasiliano, disponibile anche in Italia, supera di gran lunga qualsiasi altro tipo di frutta o verdura in virtù dei suoi benefici effetti sulla salute, perché è uno "sterminatore" di radicali liberi molto potente. Il suo succo viene utilizzando anche nello sport. Inoltre, il frutto dell'acai è caratterizzato da un contenuto insolitamente elevato di amminoacidi essenziali e acidi grassi sani, che hanno un effetto molto benefico sulla salute. Josef Pies presenta in maniera dettagliata tutte le proprietà e i benefici di questo miracoloso dono della natura, illustrandone il contenuto di sostanze nutritive, vitamine, minerali, antiossidanti e abbinandovi gustose ricette dolci e salate, bevande e salse per sfruttare questa miniera di sostanze vitali anche in cucina!



ISBN 978-88-6820-191-3
288 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90

SALUTE E BENESSERE PSICHE — **NOVITÀ MAGGIO 2015**

Richard Flook

PERCHÉ MI AMMALO?

Nuove chiavi di lettura della malattia
Capire cosa davvero non va per ripristinare salute e benessere

Richard Flook va alla ricerca del motivo per cui ci ammaliamo, esamina la causa principale e individua il trauma originario per ripulirne l'energia e trovare la risposta che può eliminare il problema alla radice. Per individuare una soluzione e avviarci verso una guarigione duratura, *Perché mi ammalo?* ci fa analizzare ciò che è radicato in profondità e che a prima vista non è evidente. Molto spesso, infatti, la vera causa della malattia risiede in esperienze stressanti che non siamo in grado di controllare e che causano instabilità nel sano funzionamento del nostro organismo. Inoltre, il metodo Advanced Clearing Energetics (tecnica che integra PNL, ipnoterapia, EFT e altri approcci, ideata da Richard Flook), ci mette a disposizione un sistema semplice e dinamico che consente di individuare lo shock alla base della malattia e risolverlo rapidamente. *Perché mi ammalo?* mette in discussione tutto quello che abbiamo sempre creduto di sapere sulle malattie e ci offre l'occasione per riprendere il controllo della nostra salute.

ISBN 978-88-6820-193-7
144 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90

LE CHIAVI DEL SUCCESSO — **NOVITÀ MAGGIO 2015**

Vanessa Mielczareck

I 9 SEGRETI DELL'INTUIZIONE

Come trovarsi nel posto giusto al momento giusto

Perché alcuni prendono le decisioni giuste o si trovano nel posto giusto al momento giusto? Perché sentono che qualcosa funzionerà? Fin dal primo incontro sanno subito con chi hanno a che fare. Qual è il segreto che le porta a compiere le scelte migliori? Trovare le soluzioni giuste non è frutto del caso: dipende dalle tue dinamiche personali, che puoi imparare a guidare sviluppando la tua intelligenza intuitiva. Indicazioni pratiche, consigli ed esercizi ti aiutano a "fare conoscenza" in modo facile e divertente con la tua intuizione, cogliendone i messaggi e seguendola con fiducia. Hai il potere di prendere le decisioni giuste, perché tutte le risposte sono già dentro di te! *I 9 segreti dell'intuizione* ti aiuta a entrare in contatto con quella parte di te che "sa già" come affrontare ogni situazione, affinché tutto ciò che vivi ti porti le migliori opportunità! Trovare le idee giuste, prendere decisioni che aiutano a progredire, capire una situazione complessa in un istante, fare affidamento sulla prima impressione quando incontri qualcuno... *I 9 segreti dell'intuizione* cambierà radicalmente il tuo modo di pensare e di agire.

ISBN 978-88-6820-195-1
256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90

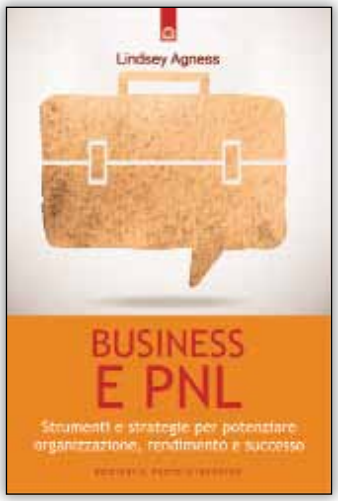
ATTUALITÀ — **NOVITÀ MAGGIO 2015**

Francesco Narmenni

SMETTERE DI LAVORARE

Cambiare vita – Guadagnare risparmiando – Far fruttare le proprie passioni – Vivere bene con poco – Trasferirsi all'estero

Un manuale frutto dell'esperienza diretta di Francesco Narmenni, che un giorno ha deciso di trasformarsi da impiegato a padrone della propria vita, adottando una serie di accorgimenti che gli hanno permesso di vivere bene senza il tanto ambito "posto fisso". *Smettere di lavorare* ti insegna come fare per cambiare radicalmente la tua vita e riuscire a liberarti dalla schiavitù del lavoro. Contiene esempi concreti da applicare al quotidiano, conteggi precisi e una tabella di marcia da seguire. È arrivato il momento di dare una scossa alla tua esistenza, di dire addio ai mal di testa da lunedì mattina, al traffico dell'ora di punta, allo stress onnipresente, alle vacanze forzate nella settimana di Ferragosto, ai capi incompetenti che guadagnano alle tue spalle e scaricano su di te le loro responsabilità. Puoi uscire da questo folle meccanismo, tornare a essere libero, sfruttare appieno il tuo tempo... e vivere senza lavorare. Il risultato è straordinario: provare per credere!



ISBN 978-88-6820-197-5
320 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90

LE CHIAVI DEL SUCCESSO — **NOVITÀ MAGGIO 2015**

Lindsey Agness

BUSINESS E PNL

Strumenti e strategie per potenziare organizzazione, rendimento e successo

Tutto ciò che desideri ottenere in campo lavorativo è possibile! Competizione, concorrenza, sfide impossibili non saranno più ostacoli insormontabili: diventeranno incentivi per rendere al meglio ciò che stai costruendo. *Business e PNL* è il primo vero manuale che utilizza la programmazione neurolinguistica applicata al business per perfezionare le tue abilità come dirigente, nell'amministrazione e nelle relazioni con i clienti, fino al raggiungimento del successo desiderato. Lindsey Agness propone una serie di strumenti efficaci in grado di farti raggiungere alti livelli di organizzazione del lavoro ottenendo enormi risultati. Applicata alla gestione aziendale, la PNL ti aiuta a individuare i punti di forza all'interno del tuo team e a potenziarne il rendimento, conquistare altri clienti sbaragliando la concorrenza e migliorare la motivazione dei tuoi dipendenti. Pratico e semplice, il metodo proposto da *Business e PNL* garantisce risultati concreti: vedrai migliorare le tue capacità organizzative e persuasive, nelle relazioni con i clienti e nella comunicazione con i dipendenti.

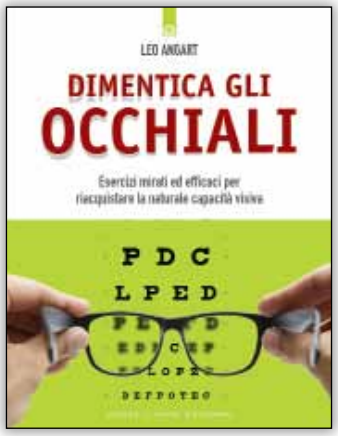
ISBN 978-88-6820-199-9
256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90

SALUTE E BENESSERE PSICHE — **NOVITÀ GIUGNO 2015**

Yvon Dallaire

Personalità, emotività, sessualità e altre
1000 DIFFERENZE TRA UOMO E DONNA
oltre i luoghi comuni

Siamo diversi? Eccome se lo siamo! Le discussioni tra uomo e donna a volte fanno sorridere perché parliamo due lingue diverse, vediamo e interpretiamo le cose in modo diverso e, soprattutto, reagiamo alle situazioni in modo assolutamente diverso. Il malinteso è dunque sempre dietro l'angolo e il conflitto si nasconde in ogni parola! In una conversazione tra un uomo e una donna, "Non capisci niente!" è la frase che di solito chiude la comunicazione non andata a buon fine. Yvon Dallaire riporta nero su bianco, a volte in modo divertente e disarmante, tutte le frasi, le situazioni e gli atteggiamenti che caratterizzano queste differenze e che, se alimentati in maniera inconsapevole, erigono pian piano un muro di incomprensione nella coppia. Prendendo consapevolezza di questi meccanismi innati, possiamo conoscere meglio noi stessi e il nostro partner, migliorando così la vita di coppia.



ISBN 978-88-6820-201-9
224 pp. - 17 x 22 - illustrato
Euro 12,90

SALUTE E BENESSERE — **NOVITÀ GIUGNO 2015**

Leo Angart

DIMENTICA GLI OCCHIALI
Esercizi mirati ed efficaci per riacquistare la naturale capacità visiva

Vedere meglio, vedere più chiaro in modo semplice ed efficace è possibile! *Dimentica gli occhiali* illustra un metodo incentrato su esercizi mirati per ripristinare la vista naturale, senza costosi strumenti o interventi chirurgici. Dimostra infatti che è possibile migliorare la vista da soli, grazie a veloci e divertenti esercizi volti a rafforzare i muscoli oculari, favorire il rilassamento degli occhi e trasmettere loro energia. *Dimentica gli occhiali* offre una dettagliata analisi dei principi fondamentali e dei meccanismi alla base della vista, prendendo in considerazione i problemi che possono insorgere a qualunque età e dando pratici suggerimenti per strutturare una valida prevenzione. Seguendo le istruzioni del libro e mettendo in pratica gli esercizi proposti, è possibile migliorare enormemente e con relativamente poco sforzo la vista, indipendentemente dal problema (miopia, astigmatismo, ipermetropia, strabismo, ambliopia, presbiopia ecc.).

ISBN 978-88-6820-203-3
224 pp. - 12 x 17 - illustrato
Euro 8,90

SALUTE E BENESSERE — **NOVITÀ GIUGNO 2015**

Julie Frédérique

TUTTI I SEGRETI DEL LIMONE
Per la salute, la bellezza e l'igiene della casa

Hai in casa dei limoni? Allora hai tutto quello che ti serve per pulire, cucinare, fare il pieno di vitamine e preparare efficaci ricette di bellezza. Bello, buono, facile da usare, naturale al 100%, ecologico, efficace, antisettico, ricco di vitamine, dimagrante e soprattutto a basso costo, il limone è un vero e proprio elemento "multifunzione". Polpa, succo, scorza e olio essenziale: il limone racchiude una miniera di proprietà nutritive e terapeutiche! *Tutti i segreti del limone* è una guida pratica e divertente che ti porta alla scoperta dei mille usi del limone, frutto dalle proprietà disintossicanti. Scopri come utilizzarlo in cucina per aiutarti a perdere peso e drenare i liquidi in eccesso. Usalo per alleviare vari fastidi di salute (raffreddore, influenza, mal di gola, afte, herpes, micosi, nausea ecc.). Sfruttane le virtù antisettiche per preparare trattamenti cosmetici eco-bio (stick per labbra, tonico per il viso, latte detergente ecc.). Utilizzalo per pulire la casa in modo veloce, efficace e assolutamente ecologico.

ISBN 978-88-6820-217-0
176 pp. - 14 x 21 - illustrato
Euro 11,90

SALUTE E BENESSERE

NOVITÀ GIUGNO 2015

Altri titoli Vegan alle pagg. 8, 9 e 30

Nicla Signorelli

VEGAN JUNIOR

Perché mio figlio ha bisogno di una dieta vegetale e integrale

Cibo biologico oppure no? Limitare i carboidrati? E se la frutta è piena di pesticidi? Il lievito madre sgonfia la pancia? Davvero il latte aumenta l'allergia? E le uova, così ricche di colesterolo, vanno eliminate? C'è chi consiglia di ridurre i latticini contro l'asma, chi il pomodoro e le uova per la dermatite, chi il glutine per il mal di pancia e chi il cioccolato per il mal di testa. Ma qual è la scelta giusta per l'alimentazione dei nostri figli? *Vegan junior* attinge alle ricerche dei migliori specialisti di alimentazione vegana (T. Colin Campbell, Luciano Proietti, Michela De Petris, Debora Rasio e molti altri) per guidare i genitori che decidono di scegliere per i propri figli un'alimentazione più sana, vegana, vegetale e integrale. Suddiviso in "difficoltà" e "domande" che sorgono spontaneamente ai genitori nella scelta dell'alimentazione vegana per i figli, *Vegan junior* spiega come questa scelta si dimostri la migliore per favorire la salute di tutti e spezzare la spirale dell'obesità, della malattia, delle allergie e delle intolleranze.

ISBN 978-88-6820-207-1 - 192 pp.
illustrato - 12 x 17 - Euro 8,90

SALUTE E BENESSERE

NOVITÀ LUGLIO 2015

Morgan Brooks

SPEZIE, AROMI E CONDIMENTI

Usi in cucina e proprietà medicinali

Salvia, timo, cerfoglio, rosmarino, basilico, dragoncello, ma anche pepe, cannella, cardamomo, noce moscata, semi di papavero e molti altri... ecco i nostri più validi alleati per una cucina sana e gustosa. Sono ingredienti che arricchiscono con il loro profumo, il loro colore e il loro sapore i nostri piatti, offrendoci nel contempo tutte le loro preziose virtù medicinali!
Morgan Brooks presenta schede pratiche e informative che riportano l'origine, la storia e gli usi culinari e fitoterapici di moltissime spezie ed erbe aromatiche, come pure di piante meno note ma che si trasformeranno in una gustosa scoperta per esaltare il sapore delle pietanze e migliorare il nostro benessere. Alcune sfiziose ricette ci permettono di cominciare fin da subito a giocare in cucina con sapori, colori e profumi!

ISBN 978-88-6820-209-5
172 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90

SALUTE E BENESSERE PSICHE

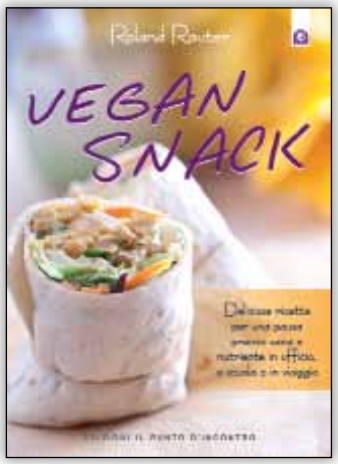
NOVITÀ LUGLIO 2015

Andreas Winter

LA CONSAPEVOLEZZA CHE GUARISCE

Sciogliere i blocchi dei traumi per attivare la guarigione

Una bambina legge alla madre alcune domande e poco dopo il dolore cronico al piede di quest'ultima sparisce. Uno studente in un bar parla con un amico della sua emicrania e il mal di testa da allora non ricompare più. Un fiorista scrive una breve e-mail a una strana donna; improvvisamente, l'allergia di quest'ultima alle proteine guarisce. Sembra impossibile, ma esistono domande e affermazioni che hanno il potenziale di risolvere blocchi e sintomi di lunga data in un istante. *La consapevolezza che guarisce* mostra come possiamo aiutare gli altri e noi stessi a liberarci da sintomi anche cronici semplicemente dando voce ai traumi che li hanno originati. Problemi quali obesità, allergie, eczema, fobie e disturbi borderline possono trovare una soluzione, anche a tempo di record. Diventando consapevoli di quanto vissuto durante la prima infanzia e di cosa ha dato origine all'innescarsi dei sintomi, è possibile modificare il modo in cui il paziente vive questi sintomi e il suo comportamento, risolvendo così il disturbo in maniera definitiva.



ISBN 978-88-6820-186-9
128 pp. - 12 x 17 - illustrato
Euro 9,90

SALUTE E BENESSERE

NOVITÀ LUGLIO 2015

Roland Rauter

Altri titoli Vegan
alle pagg. 7, 9 e 30

VEGAN SNACK

Deliziose ricette per una pausa pranzo sana e nutriente in ufficio, a scuola o in viaggio

Mangiare vegan nella pausa pranzo si può? E poter scegliere tra decine di piatti invitanti e succulenti, ma sempre vegan? *Vegan snack* illustra quanto sia facile preparare in poco tempo pranzi e spuntini da portare con sé in ufficio, a scuola o come snack da consumare in viaggio. Ricchi panini, saporiti tramezzini, fantasiose piadine, ma anche deliziose creme da spalmare, zuppe calde, mini-sformati vegan, variopinte insalate di pasta, piccoli strudel salati e molto altro: tutti piatti squisiti e incredibilmente rapidi da preparare. Seguire un approccio vegan non deve per forza di cose implicare una scarsa scelta nel menù. Con *Vegan snack* potete dare briglia sciolta alla fantasia e sbizzarrirvi a preparare per voi o i vostri cari spuntini che non mancheranno di fare gola a molti! Vegan è buono, divertente e sano, e con le ricette dello chef Roland Rauter non ci si annoia mai!

ISBN 978-88-6820-196-8
224 pp. - illustrato - 17 x 22
Euro 10,90

NUOVE FRONTIERE DEL PENSIERO

NOVITÀ LUGLIO 2015

Cristiano Tenca e Antonella Mazzariol

Altri titoli di Tenca
alle pagg. 25 e 33

TAROCCHI E PAROLE MAGICHE

Riti, formule e modalità di lettura dei 78 arcani

Scopri quale corso d'azione seguire, influenza il futuro e realizza i tuoi desideri

I tarocchi, potenti e antichi archetipi universali, hanno il potere di aprire le porte dell'intuizione e permetterci una chiara visione di dove siamo e dove stiamo andando. Cristiano Tenca, autore del bestseller *Il libro delle parole magiche*, propone una lettura dei tarocchi "potenziata" da formule magiche e semplici rituali, che ci fornirà indicazioni precise su come agire per modificare una situazione in atto o ciò che sta per avvenire. La domanda fondamentale cui *Tarocchi e parole magiche* risponderà non sarà più, come nei tarocchi classici, "cosa accadrà", bensì "come posso far accadere ciò che voglio". Grazie a chiare e accurate spiegazioni ed esempi pratici di letture su quesiti personali ricorrenti, troveremo la spiegazione del significato di ciascun Arcano relativo alla divinazione, sviluppando così una nuova visione sull'utilizzo dei tarocchi.

Manuela Celli
COME ENTRARE NEL SUO CUORE SENZA USCIRE DI TESTA
In caso di amore rompi le regole. Perché prendere un due di picche quando puoi fare innamorare un re di cuori?

ISBN 978-88-6820-188-3
160 pp. - 14 x 21
Euro 10,90

SALUTE E BENESSERE PSICHE

NOVITÀ AGOSTO 2015

Manuela Celli

COME ENTRARE NEL SUO CUORE SENZA USCIRE DI TESTA

In caso di amore rompi le regole! Perché prendere un due di picche quando puoi fare innamorare un re di cuori?

Ci sono donne che in amore sembrano baciate dalla fortuna. Sono ammirate, desiderate e adorate dagli uomini, che fanno di tutto per conquistarsi le loro attenzioni, mentre altre non fanno che passare da una delusione sentimentale all'altra, perennemente alla rincorsa di un uomo che non le considera e ha come principale peculiarità quella di non comportarsi mai come loro vorrebbero. Nasce il dubbio che la fortuna più che cieca sia bastarda o che Cupido sia un pessimo tiratore. Manuela Celli invece dimostra che le donne fortunate in amore in realtà la buona sorte se la creano da sole, con la loro capacità, innata o appresa, di mirare al bersaglio giusto e affermare se stesse con dignità. Qualsiasi donna, se assume il pieno controllo di sé e ragiona con la propria testa senza lasciarsi intimidire da chi la vorrebbe diversa, può conquistare il paradiso di una vita appagante e di una relazione all'altezza dei suoi sogni. Un'esortazione a tirar fuori la parte di noi che molti genitori, tanti educatori e la società in generale ancora oggi insegnano a tenere nascosta: quella che afferma se stessa, che ha capito che la vita è qui e adesso, e a star male nella speranza che arrivi un futuro migliore non ci pensa proprio.

ISBN 978-88-6820-213-2
256 pp. - illustrato - 17 x 22
Euro 12,90

NUOVE FRONTIERE DEL PENSIERO — **NOVITÀ AGOSTO 2015**

Guido Rossetti

LA NUMEROLOGIA E LE CHIAVI DELLA FORTUNA

La fortuna come allineamento del sé individuale con gli archetipi universali

Guido Rossetti si avvale dell'antica scienza della numerologia per rivisitare il tema della fortuna in una nuova luce storica e culturale, fornendo per ciascun numero i consigli su come attrarre la buona sorte nella nostra vita. La fortuna non viene più considerata cieca, ma dotata di una funzione equilibratrice, regolata da precise leggi spirituali chiamate "*Le chiavi della fortuna*". Secondo questa visione, i numeri sono come chiavi, archetipi universali, che ci aiutano a decifrare il nostro progetto di vita. In altre parole, sono i principi primi della creazione, che organizzandosi in strutture geometriche formano la base di tutto ciò che esiste. *La numerologia e le chiavi della fortuna* descrive queste leggi cosmiche e ci conduce in un viaggio alla scoperta di noi stessi per tracciare il nostro quadro numerologico, che diventa una vera e propria "mappa della fortuna" e aiutandoci in modo pratico a delineare la struttura del nostro carattere e a riconoscere i nostri talenti.

David Hamilton
LA TUA STRADA
È GIÀ TRACCIATA
Scopri se la tua mente è dotata di libero arbitrio
o se è intrappolata dalla forza del destino
EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO

ISBN 978-88-6820-190-6
304 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90

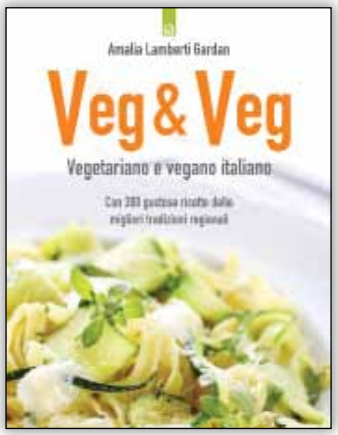
LE CHIAVI DEL SUCCESSO — **NOVITÀ AGOSTO 2015**

David Hamilton

LA TUA STRADA È GIÀ TRACCIATA?

Scopri se la tua mente è dotata di libero arbitrio o se è intrappolata dalla forza del destino

Basato su ricerche all'avanguardia nel campo degli studi sulla temporalità e attingendo a scienze quali la fisica quantistica, l'epigenetica e persino gli studi sulle esperienze di premorte, *La tua strada è già tracciata?* dimostra che destino e volontà personale possono di fatto agire in concomitanza per plasmare la vita che viviamo e le circostanze in cui ci troviamo. David Hamilton spiega che ogni azione produce una reazione, un effetto. Pertanto, molte delle esperienze che viviamo le creiamo noi stessi. Tuttavia, la forza del destino contribuisce di fatto ad alimentare queste esperienze ed è qui che entrano in gioco elementi spesso etichettati come "fuori dall'ordinario", quali premonizioni ed eventi che prendono forma grazie al potere della mente. Unendo scienza e spiritualità, Hamilton dimostra che tutti noi possediamo un incredibile potere interiore cui possiamo attingere per creare la vita che davvero vogliamo, avendo ben chiare le leggi dell'universo.



ISBN 978-88-6820-215-6
320 pp. - illustrato a colori
17 x 22 - Euro 18,90

SALUTE E BENESSERE — **NOVITÀ AGOSTO 2015**

Altri titoli Vegan alle pagg. 7, 8 e 30

Amalia Lamberti Gardan

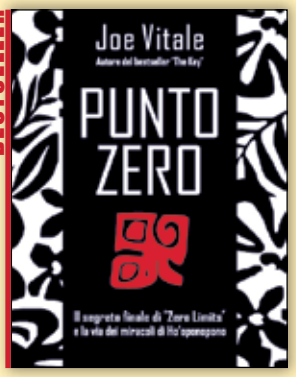
VEG & VEG

Vegetariano e vegano italiano
Con 300 gustose ricette delle migliori tradizioni regionali

Vuoi mangiare vegan ma al tempo stesso non desideri abbandonare gli squisiti piatti della tradizione regionale italiana? La tua salute e il rispetto verso altre forme di vita ti stanno molto a cuore, ma non sei pronto a scelte drastiche o a cambiare radicalmente il tuo modo di nutrirti? Ti piacerebbe sperimentare i benefici della dieta vegetariana o addirittura vegana, ma non vuoi rinunciare ai deliziosi "piatti della nonna"? *Veg & Veg* risponde alle esigenze di chi vuole nutrirsi in armonia con la natura e l'ambiente, scegliendo tra piatti tradizionali ricchi di sapore e di colore, a dimostrazione del fatto che un'alimentazione sana e rispettosa degli animali è in grado di soddisfare anche i palati più esigenti. *Veg & Veg* ti farà conoscere un mondo di squisitezze sane, etiche e di facile realizzazione, fatte di ingredienti facilmente reperibili e di ricette che si ispirano ai migliori piatti tradizionali italiani. Dai piatti di tutti i giorni alle ricette più originali, in un ideale viaggio attraverso l'Italia dei sapori e delle tradizioni, *Veg & Veg* trasmette un rassicurante senso di familiarità e stuzzica il desiderio di scoprire un modo di alimentarsi più salutare e appagante.

JOE VITALE, L'AUTORE CHE HA VENDUTO OLTRE 400.000 COPIE IN ITALIA

BESTSELLER



Joe Vitale

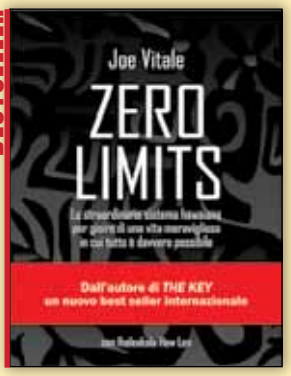
PUNTO ZERO

Il segreto finale di "Zero Limits" e la via dei miracoli di Ho'o-ponopono

316 pp. - 14 x 18 - Rilegato - Euro 14,90
ISBN 978-88-6820-053-4

Sei pronto a essere libero, a toccare con mano i miracoli, ad andare oltre i limiti? Dopo il bestseller *Zero Limits*, Joe Vitale ora ti conduce alla scoperta delle nuove incredibili potenzialità di Ho'oponopono, il meraviglioso sistema hawaiano di guarigione per realizzare i tuoi desideri. Con *Punto Zero* puoi raggiungere un livello ancora più profondo di conoscenza e di potere, per vivere in prima persona indescrivibili esperienze di salute, prosperità e felicità. Tutto ciò che fai è il risultato della mente inconscia, che ti fa agire in base a una programmazione di cui a malapena ti rendi conto. Se ne rimani in balia, rischi di vanificare i tuoi sforzi per ottenere una vita migliore. *Punto Zero* ti mostra come superare con facilità i problemi dovuti a questa programmazione, facendoti capire che il potere sull'inconscio è proprio nelle tue mani. Grazie a questo sistema, decine di migliaia di lettori in tutto il mondo sono riuscite a realizzare ciò che avevano sempre sognato. *Punto Zero* ti offre nuove storie, nuovi processi e guaritori, e ti guida verso la quarta fase del risveglio: l'illuminazione vera e propria.

BESTSELLER



J. Vitale e I. Hew Len

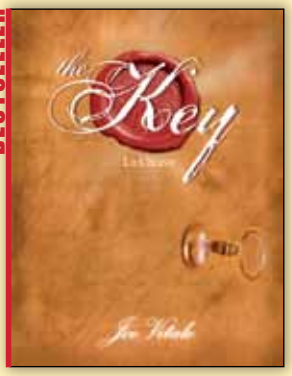
ZERO LIMITS

Lo straordinario sistema hawaiano per gioire di una vita meravigliosa in cui tutto è davvero possibile

320 pp. - 12 x 17 - Tascabile - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-871-2

Ho'oponopono è un sistema tradizionale hawaiano che purifica da convinzioni e pensieri che ti intrappolano, uno strumento straordinario per ripulire la mente e ottenere ciò che vuoi nella vita.

BESTSELLER



Joe Vitale

THE KEY

La chiave mancante alla 'Legge di Attrazione'
Il segreto per realizzare tutto ciò che desideri

256 pp. - 12 x 17 - Tascabile - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-873-6

The Key svela il segreto perduto per attirare salute, ricchezza, successo, felicità. Una meravigliosa guida per ottenere di più in tutti i campi della vita.

Joe Vitale

REALIZZA I TUOI DESIDERI

Lascia che la tua mente subconscia lavori per te

128 pagine - 15 x 19 - Rilegato - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-932-0

Una guida preziosa nel sentiero verso l'appagamento. Un metodo facilmente applicabile che getta le basi di una nuova esistenza basata sulla comprensione e l'interpretazione della tua situazione, sulla valutazione dello sforzo adeguato da compiere e su come indirizzare la tua volontà verso la giusta direzione.

Joe Vitale

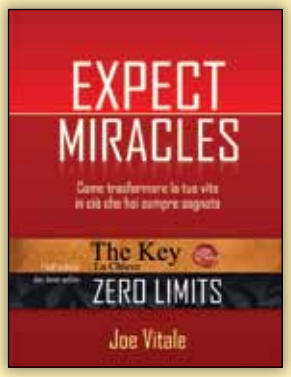
CORSO DI RISVEGLIO

Diventa artefice della tua felicità

L'unico corso che tocca in modo definitivo ed esaustivo ogni aspetto della Legge di Attrazione

288 pagine - 14 x 18 - Rilegato
Euro 14,90 - ISBN 978-88-8093-727-2

Un innovativo programma per superare ogni tipo di problema e vivere la vita che desideriamo davvero.



Joe Vitale

EXPECT MIRACLES

Come trasformare la tua vita in ciò che hai sempre sognato

224 pp. - 14 x 18 - Rilegato - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-658-9

Puoi cercare di convincerti di essere felice, ma se la tua mente è piena di opinioni autolimitanti che sostengono il contrario, non farai nessun progresso.

Joe Vitale

ISTRUZIONI MANCANTI SULLA VITA

Il manuale che avrebbero dovuto darti quando sei nato

224 pagine - 14 x 18 - Rilegato - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-866-8

Joe Vitale sa che per essere nelle condizioni di vivere la vita dei propri sogni ci mancano alcune "istruzioni fondamentali".

GIANLUCA MAGI, L'AUTORE CHE HA VENDUTO OLTRE 150.000 COPIE IN ITALIA

Gianluca Magi
SANJIAO

I Tre Pilastri della Sapienza
Antichi insegnamenti cinesi per l'uomo moderno

240 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90 - ISBN 978-88-8093-495-0

La ricchezza di una civiltà con cinquemila straordinari anni di storia e un'immensità geografica impressionante ci affascina. Lo strabiliante sviluppo economico cui è soggetto questo grande Paese pretende una rinnovata comprensione del suo pensiero. I presupposti dell'attuale successo planetario della Cina, infatti, non vanno ricercati esclusivamente nelle determinazioni politiche odierne, bensì nella sua tradizionale visione del mondo.

Presentazione di Franco Battiato

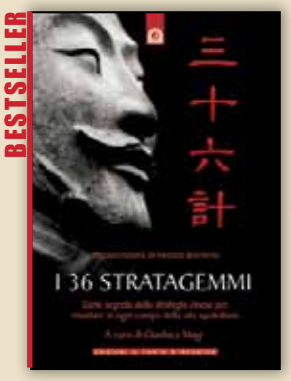
Gianluca Magi
IL GIOCO DELL'EROE

La porta della percezione per essere straordinario in un mondo ordinario

128 pp. - 14 x 18 - CD audio allegato - Euro 13,90
ISBN 978-88-6820-134-0

"Il Gioco dell'Eroe è un invito diretto alla vita interiore e alla sua inevitabile trasmutazione evolutiva". – F. Battiato

Magi mostra come addentrarsi nella mitosfera, lato nascosto ed extra-ordinario dell'universo, che silenziosamente s'intreccia e interagisce con la realtà, e quali libertà e talenti folgoranti puoi guadagnare.



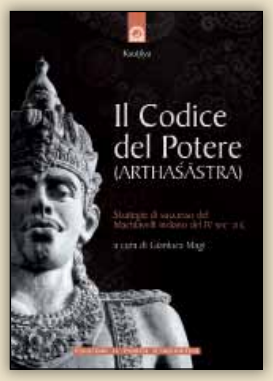
OLTRE 60.000 COPIE VENDUTE DE "I 36 STRATAGEMMI"

Gianluca Magi
I 36 STRATAGEMMI

L'arte segreta della strategia cinese per trionfare in ogni campo della vita quotidiana

320 pp. -12 x 17- Euro 10,90 - ISBN 978-88-8093-700-5

I 36 stratagemmi svela le leggi del successo, come sconfiggere l'avversario e i principi della psicologia umana quando si opera in un contesto di ostilità. Attraverso i millenni, non ha perso vitalità e non stupisce che oggi, in Oriente, sia considerato un'opera per l'educazione dei manager, il cui scopo è l'invincibilità.



Kautilya
IL CODICE DEL POTERE
(Arthasastra)
A cura di Gianluca Magi

Strategie di successo del Machiavelli indiano del IV sec. a.C.

400 pp. - 12 x 17 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-707-4

Una scienza progredita e spregiudicata che esplora la natura del potere, del successo e della prosperità economica: come ottenerli, consolidarli, goderne e governare le responsabilità che comportano. Verità senza tempo sull'acquisizione e l'esercizio del potere.

Gianluca Magi
IL DITO E LA LUNA

Insegnamenti dei mistici dell'Islam

160 pp. - 12 x 17 - Euro 7,00
ISBN 978-88-8093-250-5

Una raccolta di storie dall'immenso tesoro del sufismo. Con una logica disarmante, gli aneddoti di questa raccolta veicolano un pensiero che porta al lettore un prezioso seme che germoglierà nel suo cuore.

Gianluca Magi
LA VIA DELL'UMORISMO

101 burle spirituali

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-597-1

Per quanto difficili possano essere le cose, possiamo imparare a ridere e a non prenderci troppo sul serio, poiché tutto è passeggero. Così facendo comprenderemo che la coscienza della volubile natura dell'esistenza è la via più rapida per giungere alla gioia.

"Il corpo guarisce giocando.
La mente ridendo.
Lo spirito gioendo.

Le cose cambiano
con il cambiare il modo
di osservare le cose".

- Gianluca Magi

DON MIGUEL RUIZ, L'AUTORE CHE HA VENDUTO OLTRE UNDICI MILIONI DI COPIE IN 30 PAESI

BESTSELLER

Don Miguel Ruiz

I QUATTRO ACCORDI

Guida pratica alla libertà personale

UN LIBRO DI SAGGEZZA TOLTECA

128 pp. - Rilegato - 14 x 18 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-717-3

Tutta la nostra vita è basata su accordi che abbiamo fatto con noi stessi, con cui ci diciamo chi siamo e come dobbiamo comportarci. In realtà abbiamo molti accordi che nascono dalla paura e impoveriscono la nostra energia, Ruiz ci insegna a romperli e a sostituirli con altri quattro, semplici ma potenti.

BESTSELLER

Don Miguel Ruiz

LA PADRONANZA DELL'AMORE

Guida pratica all'arte dei rapporti personali

UN LIBRO DI SAGGEZZA TOLTECA

128 pp. - 14 x 18 - Rilegato - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-719-7

Esaminando i luoghi comuni che minano l'amore, insegna a guarire le ferite emotive. "Quando siete consapevoli che nessuno può rendervi felici, e che la felicità è il risultato del vostro amore, questa diventa la più grande padronanza dei Toltechi: la padronanza dell'amore".

– Don Miguel Ruiz

BESTSELLER

Don Miguel Ruiz e don José Ruiz

IL QUINTO ACCORDO

Guida pratica alla padronanza di sé

UN LIBRO DI SAGGEZZA TOLTECA

192 pp. - 14 x 18 - Rilegato - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-696-1

Ruiz ci offre una nuova prospettiva e un potente mezzo per trasformare la nostra vita in un paradiso personale, ci porta a un più profondo livello di consapevolezza del potere del Sé e ci restituisce l'autenticità che possediamo dalla nascita, portandoci a riscoprire la libertà di essere quello che siamo davvero.

Don Miguel Ruiz

LA VIA DEI QUATTRO ACCORDI

Padroneggiare il sogno della vita

UN LIBRO DI SAGGEZZA TOLTECA

192 pp. - 14 x 18 - Rilegato - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-836-1

Uno strumento di trasformazione che ci permette di abbandonare il nostro bisogno di giudicare; un codice di condotta semplice ma potente per conseguire libertà personale e vera felicità. Un testo essenziale per chiunque sia pronto a lasciarsi alle spalle la sofferenza.

"Ruiz distilla l'essenza della Saggezza Tolteca, esprimendo con chiarezza e impeccabilità che cosa significa per gli uomini e per le donne vivere da guerrieri di pace nel mondo moderno".

Dan Millman

Don Miguel Ruiz

AIUTAMI A CAMBIARE IL MONDO

Un DVD per giungere alla consapevolezza del nostro ruolo come parte della Terra

16 pp. - 12 x 17 - Euro 17,90
allegato DVD video
ISBN 978-88-8093-917-7

Il pianeta è la nostra eredità, amandolo e amando noi stessi, elevando il nostro livello di coscienza possiamo cambiare noi stessi e il mondo tramite la forza del nostro risveglio. Ruiz ci riporta a un cambiamento della percezione della realtà che aiuta a dirigere l'energia verso la trasformazione.

Don Miguel Ruiz

PREGHIERE

Guida pratica all'amore e alla compassione

UN LIBRO DI SAGGEZZA TOLTECA

128 pp. - 14 x 18 - Rilegato - Euro 8,90
ISBN 978-88-8093-840-8

Aprirsi alla presenza del divino per ritrovare verità, perdono, amore, gratitudine e umanità. Attraverso gli insegnamenti di don Miguel Ruiz, possiamo liberarci dai veleni emotivi che appesantiscono il nostro cuore, accogliendo la felicità che ci trasmette una vita fedele alla nostra vera essenza.

Don Miguel Ruiz e Janet Mills

LA VOCE DELLA CONOSCENZA

Guida pratica alla pace interiore

UN LIBRO DI SAGGEZZA TOLTECA

216 pp. - 14 x 18 - Rilegato - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-828-6

Don Miguel Ruiz ci ricorda una verità semplice e profonda: l'unico modo per mettere fine alla sofferenza emotiva e per ritrovare la gioia di vivere consiste nello smettere di credere alle menzogne, soprattutto le menzogne che abbiamo accettato riguardo a noi stessi.

DON MIGUEL RUIZ, I MINI BOOK RILEGATI

L'ESSENZA DEI QUATTRO ACCORDI

ISBN 978-88-8093-684-8

L'ESSENZA DELLA PADRONANZA DELL'AMORE

ISBN 978-88-8093-686-2

L'ESSENZA DELLA VOCE DELLA CONOSCENZA

ISBN 978-88-8093-688-6

96 pp. - 9 x 12 - Rilegati - Euro 4,50 cad.

Don Miguel Ruiz

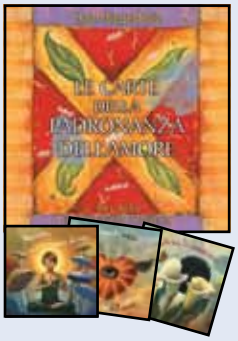
L'essenza dei suoi tre bestseller è stata condensata in tre mini book rilegati. Un formato ideale per portare sempre con sé un distillato della saggezza tolteca di Ruiz, che ha ispirato milioni di persone in tutto il mondo. Tra i suoi assidui lettori troviamo: Bill Clinton, Oprah Winfrey, Anthony Robbins, Madonna, Jeff Bridges, Carlos Santana, Lance Armstrong, Barbra Streisand.

DON MIGUEL RUIZ, LE CARTE

LE CARTE DEI QUATTRO ACCORDI

Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-559-9

"Queste carte vi aiuteranno a trasformare la vostra vita ritrovando la consapevolezza e la saggezza del vostro autentico sé".
– Don Miguel Ruiz



LE CARTE DELLA PADRONANZA DELL'AMORE

Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-622-0

"Cari amici, ho ideato queste carte per aiutarvi a trovare la vostra vera natura, che è felicità, libertà e amore".
– Don Miguel Ruiz

LE CARTE DELLA VOCE DELLA CONOSCENZA

Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-667-1

"Con queste carte, vorrei mostrarvi come recuperare la silenziosa voce della vostra integrità e come trovare la pace interiore".
– Don Miguel Ruiz

48 carte in cofanetto 10,5 x 10,5

DON MIGUEL RUIZ JR.

NOVITA'

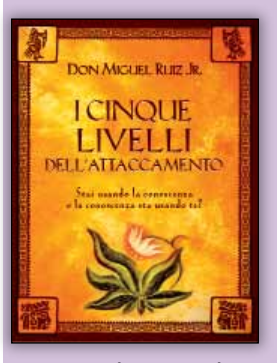
Don Miguel Ruiz Jr.

VIVERE UNA VITA DI CONSAPEVOLEZZA

Meditazioni quotidiane sulla via tolteca

224 pp. - 15 x 19 - rilegato
Euro 13,90
ISBN 978-88-6820-125-8

Don Miguel Ruiz Jr. condivide con noi le lezioni tolteche sull'amore, la fede, gli accordi e la consapevolezza. Scopo di ogni meditazione è guidarci verso una profonda comprensione di noi stessi e del mondo in cui viviamo. Lasciare andare il bisogno di perfezione, togliersi la maschera, seguire il proprio cuore e apprezzare la vita come un'opera d'arte rappresentano i pilastri su cui si basano gli insegnamenti e le meditazioni di questa antica saggezza.
"L'amore è accettare te stesso così come sei, con tutti i tuoi difetti e il tuo sistema di credenze in continua evoluzione. Non sei nient'altro che ciò che sei. Non sei la persona che eri un anno fa. Non sei la persona che sarai tra un anno. Non sei nemmeno la persona che ritieni di essere ora. Semplicemente sei, e questo deve bastarti".
– Don Miguel Ruiz Jr.



Don Miguel Ruiz Jr.

I CINQUE LIVELLI DELL'ATTACCAMENTO

Stai usando la conoscenza o la conoscenza sta usando te?

176 pp. - 15 x 19 - rilegato
Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-013-8

"Attorno a te ci sono possibilità a 360 gradi e tu sei al centro di questo enorme potenziale. Dirigerti verso una qualsiasi direzione equivale a una scelta: dirai sì a una cosa e no a un'altra. Ma più sei attaccato a qualcosa, più la tua visione sarà ristretta e limitata, fino a farti credere che ci sia solo una direzione verso la quale procedere. Scegliere di lasciar andare i tuoi attaccamenti significa vedere improvvisamente crescere ed espandersi le opzioni a tua disposizione". – don Miguel Ruiz Jr.

Heather Ash

I QUATTRO ELEMENTI DEL CAMBIAMENTO

Utilizzare il magico potere degli elementi

160 pp. - 14 x 21 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-575-9

Mary Carroll Nelson

LE QUATTRO PROFEZIE di don Miguel Ruiz

UN LIBRO DI SAGGEZZA TOLTECA

96 pp. - 12 x 17
Illustrato a colori
Euro 9,90 -
ISBN 978-88-8093-477-6

Mary Carroll Nelson

OLTRE LA PAURA

Insegnamenti di Don Miguel Ruiz

256 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-142-3

I BESTSELLER DI MARCO PIZZUTI

NOVITA'

Marco Pizzuti

SCOPERTE MEDICHE NON AUTORIZZATE

Le cure proibite osteggiate dalle multinazionali del farmaco

416 pp. - 14 x 21 - Euro 15,90
ISBN 978-88-6820-126-5

Scoperte mediche non autorizzate prende in esame una serie di scoperte che, per quanto censurate, screditate e bandite dall'establishment medico asservito a "big pharma", trovano conferma in documenti, ricerche scientifiche e testimonianze di numerosi pazienti. Molti malati sono infatti guariti da patologie ritenute incurabili (cancro, AIDS, autismo, sclerosi multipla ecc.), si sono alzati dalla sedia a rotelle o hanno migliorato le loro condizioni in modi che hanno fatto gridare al miracolo. Marco Pizzuti mette finalmente a nudo i meccanismi che trasformano la propaganda commerciale delle grandi case farmaceutiche in "scienza medica" e che etichettano grandi/scomode scoperte alla stregua di "clamorose bufale". Forte di una mole di dati clinici interamente verificabili, riporta fonti corroborate da interviste e dichiarazioni di eminenti luminari nel campo della sanità. Elenca inoltre per la prima volta tutte le informazioni di contatto necessarie per poter consultare i "medici eretici" citati nel testo e trarre le proprie conclusioni. A volte, ascoltare la cosiddetta "altra campana" può salvarci la vita!

BESTSELLER

Marco Pizzuti

ESPERIMENTI SCIENTIFICI NON AUTORIZZATI

Finalmente svelate le invenzioni che possono cambiare il mondo

Tecnologie straordinarie facilmente applicabili da chiunque

208 pp. - 14 x 21 - Illustrato - Euro 13,90
ISBN 978-88-6820-007-7

Alcune scoperte scomode, e gli esperimenti che le dimostrano, sono riproducibili da tutti, in casa e a basso costo. Utilizzando tecnologie non riconosciute dalla scienza ufficiale, Marco Pizzuti spiega in modo pratico come far levitare un oggetto violando le attuali leggi della fisica, come riprodurre un piccolo sole (fusione nucleare) in un barattolo della marmellata, come provocare la trasmutazione della materia, come convertire la normale elettricità in una nuova forma di energia, come creare un magnete permanente molto speciale e altro ancora. Chiunque sappia solo svitare una lampadina o premere un interruttore potrà finalmente assistere a fenomeni straordinari di cui probabilmente non ha mai neppure sentito parlare...

BESTSELLER

Marco Pizzuti

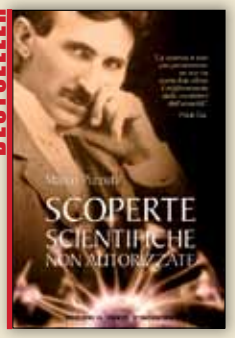
SCOPERTE ARCHEOLOGICHE NON AUTORIZZATE

Antologia delle scoperte sotto censura, oltre la verità ufficiale

352 pp. - 14 x 21,5 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-666-4

Una disamina accurata e documentata del materiale storico-archeologico più controverso e discusso in questi ultimi anni. Verità conosciute da tempo immemorabile, lati nascosti e affascinanti della storia dell'uomo stanno per tornare alla luce...

BESTSELLER



Marco Pizzuti

SCOPERTE SCIENTIFICHE NON AUTORIZZATE

480 pp. - 14 x 21,5 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-705-0

La fusione fredda è un traguardo irraggiungibile? L'automobile a emissioni zero è una realtà da anni? Chi è il vero inventore della trasmissione di energia senza fili? Perché tutte le conoscenze sulle energie alternative vengono nascoste e sabotate? Marco Pizzuti risponde a queste domande e pone altre inquietanti questioni.

BESTSELLER

Marco Pizzuti

RIVOLUZIONE NON AUTORIZZATA

Come cambierà il mondo
Dai crack finanziari pilotati alla ribellione islandese

Scottanti rivelazioni sulla truffa globale della dittatura economica che tiene in ostaggio l'umanità

320 pp. - 14,5 x 21,5 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-897-2

Rivelazioni sulla struttura di potere che controlla le nazioni, la crisi finanziaria internazionale, le pressioni esercitate dai banchieri per instaurare una tecnocrazia globale.

BESTSELLER

Marco Pizzuti

RIVELAZIONI NON AUTORIZZATE

Il sentiero occulto del potere

Il colossale inganno perpetrato da una casta di banchieri che domina il mondo

Nuova edizione ampliata

408 pp. - 14 x 21,5 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-632-9

Un'analisi approfondita del vero ruolo esercitato dalle società segrete nel corso della storia. Le trame secolari per portare al dominio globale una casta di banchieri.

NOVITÀ

Pierre Pradervand

LA RIVOLUZIONE GENTILE

Attivare l'intento positivo che trasforma noi e gli altri

208 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-867-5

Il semplice gesto di benedire equivale a un rinnovamento di portata mondiale, una rivoluzione potente, silenziosa e inarrestabile, che ha il potere di cambiare noi stessi e il mondo intero.

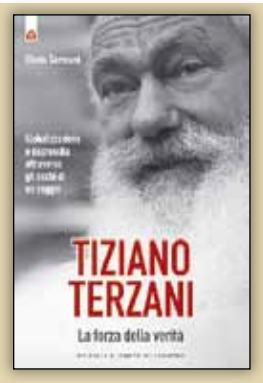
A pag. 53 gli altri titoli di Pradervand

A cura di Sidney Piburn

IL DALAI LAMA, UNA POLITICA DI GENTILEZZA

160 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-020-4

Instancabile lavoratore per la pace e venerato insegnante spirituale, il Dalai Lama, Premio Nobel per la Pace 1989, lavora per ottenere una società migliore tramite la gentilezza, la compassione, per creare un dialogo volto alla risoluzione dei conflitti.
Una raccolta di discorsi e riflessioni che offre un ritratto a tutto tondo del Dalai Lama, del suo pensiero e della sua vita, affrontando tematiche quali: diritti umani e responsabilità universali; una politica basata sul rispetto e la condivisione; dialogo tra le religioni del mondo; un approccio etico alla salvaguardia dell'ambiente; ragione, scienza e valori spirituali; l'importanza della gentilezza e della compassione nei rapporti umani. Ne nasce l'immagine di un uomo la cui buona volontà, comprensione e senso pratico hanno conquistato il rispetto di capi di stato e l'acclamazione di milioni di persone in tutto il mondo. Grazie alla sua filosofia di vita, basata sul concetto della responsabilità universale e sul rispetto per tutti gli esseri viventi, la politica di gentilezza del Dalai Lama non è solamente una filosofia personale, ma è l'essenza di un'originale soluzione non violenta ai problemi sociali e politici del nostro tempo.



Gloria Germani

TIZIANO TERZANI: LA FORZA DELLA VERITÀ

Globalizzazione e decrescita attraverso gli occhi di un saggio

208 pp. - 14 x 21 - Euro 11,90
ISBN 978-88-6820-150-0

Tiziano Terzani è diventato una delle voci spirituali più amate del nostro tempo. L'inesorabile evoluzione della sua coscienza si snoda nitida attraverso i libri che ci ha lasciato. Dalla prima cronaca di guerra in Vietnam all'impegno post 11 settembre, fino alla lucida attesa della morte, la vita di Terzani procede senza accomodamenti e compromessi, scandita dalla riflessione sulla storia recente dell'Asia. Dov'è l'uomo che vive più contento, più in pace con se stesso e con la natura? Terzani, che era scappato dall'Europa in cerca di una società più giusta, intravista all'inizio nel socialismo di Mao, finirà per compenetrarsi sempre più a Gandhi, al digiuno dal consumismo e a quella forza della verità con cui il Mahatma combatteva i colonizzatori inglesi. La questione fondamentale rimane sempre e solo quella della conoscenza, e lo sguardo di Terzani smaschera i limiti della visione materialistica e scientifica della modernità, impegnata nella falsa impresa di impossessarsi del mondo esterno.

Prefazione di Marco Pizzuti

Lyn Buchanan

IL SETTIMO SENSO

Il segreto delle spie psichiche dell'Esercito Americano

320 pp. - Illustrato - 14,5 x 22
Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-531-5

Il governo degli Stati Uniti ha addestrato segretamente un corpo militare scelto nell'arte della "visione telepatica". Lyn Buchanan racconta le sue incredibili esperienze.

Eldon Taylor

PROGRAMMAZIONE MENTALE

Dal lavaggio del cervello alla libertà di pensiero

352 pp. - 14,5 x 21,5 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-821-7

Sei sicuro che i tuoi pensieri, stati d'animo e desideri siano veramente tuoi? Pensi davvero di poter effettuare le tue scelte autonomamente? Eldon Taylor dimostra che i tuoi pensieri non sono tuoi, ma ti vengono "suggeriti" da messaggi subliminali presenti ovunque!

SIGISMONDO PANVINI

Sigismondo Panvini

GEOMETRIA DEL MALE

Una misteriosa pergamena templare, una setta sopravvissuta nel corso dei millenni, una cospirazione ordita nei confronti dell'umanità

320 pp. - 14,5 x 21,5 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-549-0

Una ricerca sulle origini della mafia porta il professor Caruso a entrare in possesso di alcune pergamene custodite in un'antica abbazia...

Sigismondo Panvini

IL TEMPO DELLA FINE

Codice Arquer

336 pp. - 14,5 x 21,5 - Euro 16,90
ISBN 978-88-8093-514-8

Arquer rivela che la civiltà che aveva popolato la terra prima dell'inizio della storia era stata in grado di elaborare conoscenze matematiche e astronomiche capaci di calcolare terribili cataclismi che si ripetono ciclicamente.

René Chandelle

LA CONGIURA DEGLI ILLUMINATI

Le società segrete, la distruzione della Chiesa e il controllo del mondo

256 pp. - 14 x 21,6 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-473-8

Esiste la società segreta degli Illuminati? E le società segrete all'interno della Chiesa? Sono reali i riti segreti celebrati nelle catacombe del Vaticano? Quali società segrete aspirano a controllare il mondo?

NOVITA'

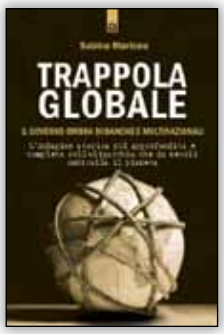
Gianluca Ferrara

DERUBATI DI SOVRANITÀ

La guerra delle élite contro i cittadini

144 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-6820-137-1

Chi si trova alla plancia di comando di questo mondo globalizzato? Chi ci ha trasformato da cittadini sovrani in sudditi inconsapevoli? E chi ci ha privato della speranza, convincendoci che non c'è alternativa a questa dittatura del mercato? Esiste un livello superiore a quello della casta partitica e delle mafie, i cui sperperi e crimini al confronto sono marachelle da bambini. È il potere delle multinazionali, delle lobby degli armamenti e delle grandi banche speculative, che hanno istituzionalizzato la loro azione in organi determinanti, come è successo in Europa con la BCE. In una società ormai senza democrazia, in cui le relazioni vitali sono regolate dall'incessante ricerca del profitto e dove l'unica fede è quella riposta nel dio mercato, il vero potere è detenuto da chi controlla l'emissione della moneta, i partiti e i mass media. Occorre invertire subito la rotta e puntare a un modello di società in cui l'uomo non sia più considerato come merce, ma come creatura in grado di convivere con la natura e le altre specie viventi.



Sabina Marineo

TRAPPOLA GLOBALE

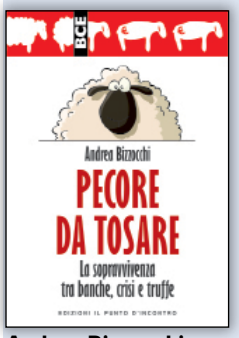
Il governo ombra di banche e multinazionali

L'indagine storica più approfondita e completa sull'oligarchia che da secoli controlla il pianeta

256 pp. - 14,5 x 21,5 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-965-8

Una volta si diceva: "The sun never sets on the British empire", sull'impero britannico il sole non tramonta mai. Oggi l'astro della perfida Albione è agonizzante, mentre, ironia della sorte, le grandi multinazionali globali nate dall'alleanza anglo-americana non hanno la più pallida idea di che cosa significhi tramonto. Che cos'è la globalizzazione? Il frutto venefico delle cospirazioni d'importanti società segrete internazionali? La tela di ragno tessuta da grandi imprenditori, banchieri e politici? Il risultato finale di un disegno fosco, abbozzato tra Ottocento e Novecento da esponenti di logge massoniche? Un accurato piano di schiavizzazione del pianeta che culminerà con l'istituzione di un governo globale onnipotente e onnipresente? E come siamo caduti in questo tranello costruito sul potere del denaro? *Trappola globale* vi aiuterà a trovare le risposte.

ANDREA BIZZOCCHI



Andrea Bizzocchi

PECORE DA TOSARE

La sopravvivenza tra banche, crisi e truffe
Prefazione di Salvatore Tamburro

144 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-998-6

Che razza di crisi è se non mancano materie prime, mezzi di produzione e forza lavoro? Eppure manca il denaro, la liquidità. La crisi e i disastri socio-economici che stiamo vivendo nascono dalla natura stessa della moneta. Una moneta accettata come debito non potrà mai estinguere l'interesse che deve. E l'aumento esponenziale del debito fa sì che contestualmente aumenti anche la quota di ricchezza (pubblica e privata) da destinare al sistema bancario, che continua a creare denaro a costo zero, senza alcuna copertura né convertibilità della moneta emessa.

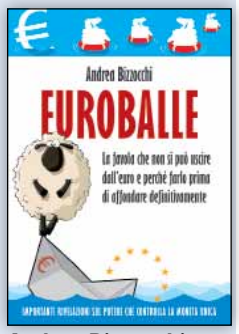
Andrea Bizzocchi

E IO NON PAGO!

Perché l'Italia deve dire no al ricatto del debito pubblico

224 pp. - 12 x 17 - Euro 8,90
ISBN 978-88-6820-005-3

Perché il debito pubblico è esploso negli ultimi trent'anni? Chi ha manovrato dietro le quinte per portarci alla situazione attuale? I poteri forti decidono l'andamento delle economie mondiali, determinano i destini delle popolazioni attraverso istituti sovranazionali che esulano da ogni principio democratico e ora mettono l'Italia sotto pressione per derubarla delle sue straordinarie ricchezze (finanziarie, industriali, immobiliari, naturali) e per controllarla come si fa con gli schiavi, tradendo il proprio Paese e promuovendo un unico governo, un'unica moneta, un unico esercito mondiali.


Andrea Bizzocchi
EUROBALLE
La favola che non si può uscire dall'euro e perché farlo prima di affondare definitivamente

Andrea Bizzocchi

EUROBALLE

La favola che non si può uscire dall'euro e perchè farlo prima di affondare definitivamente

288 pp. - 12 x 17 - Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-055-8

Nonostante la devastante situazione economica e sociale che la moneta unica ha generato, uno stuolo di economisti usciti dalle università sovvenzionate e controllate dall'élite finanziaria che ci ha trascinati nella situazione attuale si affanna a proporre soluzioni per modificare e/o aggiustare l'euro. Andrea Bizzocchi svela il percorso storico che ha portato alla nascita della moneta unica europea (di cui le popolazioni sono state tenute all'oscuro) e distrugge i luoghi comuni con cui l'euro ci è stato "venduto".

D. Millet ed E. Toussaint

CHI SONO I PADRONI DEL MONDO?

50 domande sul debito estero dei Paesi poveri

224 pp. - 14 x 22
Euro 12,90 - ISBN 978-88-8093-510-0

Qual è la rete che intrappola i Paesi in via di sviluppo e quali sono le vie per liberarsene? Quali sono le argomentazioni su cui poggia la causa per la cancellazione del debito dei Paesi poveri?

Toby Shelley

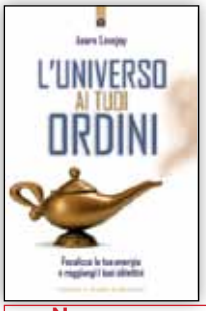
PETROLIO

Il business, le trame politiche e il pianeta

192 pp.
14 x 21,5
Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-515-5

Un esperto di problemi energetici fornisce informazioni indispensabili per dipanare la matassa del fabbisogno energetico mondiale: dove sono i giacimenti, chi produce che cosa, i flussi commerciali, le tendenze del consumo e dei costi.

Scoprire l'eccellenza nella vita, nel lavoro, nelle relazioni. Tecniche e strumenti per avere successo partendo da noi stessi.



NUOVA EDIZIONE

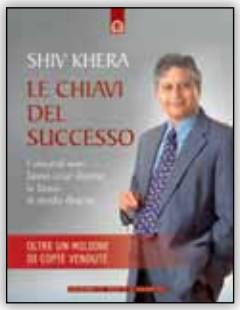
Asara Lovejoy

L'UNIVERSO AI TUOI ORDINI

Focalizza la tua energia e raggiungi i tuoi obiettivi

256 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-733-3

Un programma in 6 passi per attivare le parti più potenti e ignorate del cervello. Imparare ad abbassare in maniera consapevole le onde cerebrali al livello theta aiuta a ricollegarsi con l'intelligenza creativa naturale per dischiudere un potenziale illimitato.



DUE MILIONI DI COPIE VENDUTE TRADOTTO IN 9 LINGUE

Shiv Khera

LE CHIAVI DEL SUCCESSO

I vincenti non fanno cose diverse, le fanno in modo diverso

224 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-484-4

I passi necessari e la giusta attitudine per ottenere il massimo risultato dai nostri sforzi in ogni campo della vita, da quello lavorativo a quello personale, eliminando ciò che ostacola l'efficacia delle nostre azioni.

Karen McCreadie

52 IDEE GENIALI PER AVERE SUCCESSO

Le intuizioni straordinarie di Napoleon Hill

160 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-668-8

Pensa e arricchisci te stesso, il classico di Napoleon Hill, ha venduto milioni di copie. Karen McCreadie illustra l'essenza intramontabile di uno dei libri più positivi e importanti che siano mai stati scritti.

BESTSELLER

Natalie Reid

LA FISICA DEL SUCCESSO

Come usare i segreti della fisica quantistica per creare la vita che desideri

256 pp. - 14 x 18 - Rilegato
Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-654-1

Natalie Reid mostra come si può usare la magia di una scienza straordinaria per creare consapevolmente la vita che vogliamo, attraverso un efficace sistema in cinque passi.

TRADOTTO IN 20 PAESI

Gay Hendricks

CINQUE DESIDERI

Come una semplice domanda può trasformare i tuoi sogni in realtà

160 pp. - 14 x 18 - Euro 10,50
ISBN 978-88-8093-702-9

"Con un linguaggio semplice e brillante, Gay Hendricks condivide una storia che ispirerà il vostro cuore. Vi farà scoprire la forza che cambierà la vostra vita".
John Gray

Chris Prentiss

DIVENTA CIÒ CHE VUOI, OTTIENI CIÒ CHE VUOI

Cambia il tuo modo di pensare, cambia la tua vita

288 pp. - 14 x 21,5 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-706-7

Per realizzare i tuoi desideri più reconditi, devi solamente cambiare le tue convinzioni sul modo di conseguire i tuoi obiettivi. Un'efficace teoria del cambiamento per costruire la vita che desideri, ora!

Steve Grounds

IMPARIAMO A DIVENTARE RICCHI

Non servono grandi risorse, basta solo il piano giusto. Idee vincenti per farcela partendo da zero

224 pp. - 14 x 21,5 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-677-0

I principi fondamentali del successo di chi ce l'ha fatta da zero:

- Sbloccare il successo
- Stabilire i propri obiettivi
- Creare maggior valore

Peter Borgman

IL CORAGGIO DI DIVENTARE RICCHI

Un metodo infallibile che coniuga volontà e azione

160 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-641-1

Gli ostacoli che rischiano di minare la tua riuscita finanziaria sono essenzialmente psicologici. Ciò che puoi ottenere non ha limiti, tranne quelli che la tua stessa mente ti impone. Tutti possono farcela. Anche tu!

G. Douglas e D. Heer

I SOLDI NON SONO UN PROBLEMA, IL PROBLEMA SEI TU!

Per chi è costantemente in difficoltà col denaro, per chi ne spende troppo, per chi ne ha troppo, per chi ne ha troppo poco

192 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-611-4

Sistemi facili e sicuri per creare una nuova realtà, abbandonare i preconcetti sui soldi e avere un rapporto sano con il denaro.

Alan Cohen

AVERE DI PIÙ FACENDO DI MENO

Niente paga quanto essere se stessi

224 pp. - 15 x 19 - Rilegato
Euro 15,90 - 978-88-8093-657-2

Esiste uno stretto collegamento tra passione, autenticità e prosperità, e niente paga quanto essere... se stessi!
La tua vita cambierà quando scoprirai che il fluire ti farà ottenere ciò che desideri in modo molto più efficace degli sforzi.

NOVITA'

Yvon Delvoye
IL SEGRETO DELLE PERSONE FELICI
Il segreto della felicità è coinvolgente, concreto e semplice... come la felicità stessa!

Yvon Delvoye

IL SEGRETO DELLE PERSONE FELICI

Il segreto della felicità è coinvolgente, concreto e semplice... come la felicità stessa!

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-6820-142-5

Esistono persone che sono sempre felici. Non si tratta di pochi fortunati con un ricco conto in banca, un bel lavoro e rapporti personali ultrasoddisfacenti, ma di persone che hanno capito come e soprattutto dove trovare la vera felicità, una felicità che non dipende dalle circostanze esterne e che quindi non varia con gli alti e bassi della vita. Queste persone hanno scoperto il segreto della felicità. *Il segreto delle persone felici* dimostra che non sono i problemi della vita a determinare la nostra felicità, ma è il modo in cui permettiamo loro di governarci a farci soffrire. Le strade che portano alla felicità, soprattutto quella duratura, sono molte e varie. *Il segreto delle persone felici* ne illustra di interessanti e facili da mettere in pratica: l'accettazione di ciò che è, l'allentare la presa, la Comunicazione Creativa per creare rapporti armoniosi, gli atteggiamenti chiave per una vita ricca di soddisfazioni e il contatto con il proprio spazio interiore.

NOVITA'

Jack Canfield e Pamela Bruner

EFT L'ULTIMA FRONTIERA DEL SUCCESSO

Come usare le tecniche di liberazione emozionale per superare ogni ostacolo e far decollare i tuoi risultati

352 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-6820-104-3

Non sarebbe bello se i problemi che incontri si sciogliessero come neve al sole? Se le paure e le credenze limitanti che ostacolano la tua vita, il lavoro e i rapporti personali sparissero come per incanto? *EFT: l'ultima frontiera del successo* ti insegna a superare qualunque ostacolo fisico o psicologico si frapponga tra te e il successo. Attraverso le tecniche di liberazione emozionale (EFT) puoi cancellare in maniera definitiva ogni timore, dubbio o turbamento che ti impedisce di vivere secondo le tue aspirazioni. Se vuoi avere successo nella vita, raggiungere i tuoi obiettivi, avere rapporti soddisfacenti, una salute al top e vivere felice, questo metodo all'avanguardia ti permette di raggiungere il successo in qualunque campo della vita, in modo rapido e semplice.

A pag. 46 altri titoli di EFT

Auriela McCarthy

IL POTERE DEL POSSIBILE

Nulla cambia finché noi non cambiamo

256 pp. - 14 x 21,5 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-713-5

Abbiamo tutti un amico, un parente o un partner che fa scelte che non capiamo. Più lo mettiamo in guardia, più persiste in ciò che sta facendo. Dove sbagliamo? La risposta è: "Nulla cambia finché noi non cambiamo" e ci abbandoniamo al flusso della vita.

NUOVA EDIZIONE

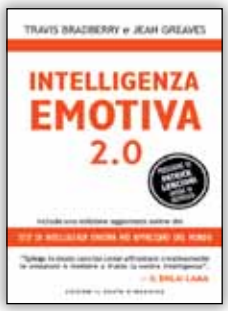
Tolly Burkan

OLTRE OGNI LIMITE (EXTREME SPIRITUALITY)

La nuova frontiera nello sviluppo del potenziale umano

174 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-211-8

Camminare sui tizzoni ardenti o sui vetri rotti, rompere lastre di pietra a mani nude, radersi il capo, amare il proprio nemico e digiunare sono solo alcune delle venti pratiche di *Oltre ogni limite* che ci insegnano a sperimentare amore, saggezza, compassione, interconnessione anche in situazioni spiacevoli o pericolose, rivelandoci aspetti importanti della nostra natura divina. Possiamo sempre scegliere quali reazioni avere: usarle come spunti per la nostra crescita spirituale equivale ad avere una marcia in più. In questo incredibile manuale scopriremo come andare oltre il limite delle nostre capacità, superare i blocchi e le paure, sentirci più vivi spiritualmente, accrescere il nostro grado di comprensione, affrontare ogni difficoltà della vita a viso aperto, trarre il meglio da qualsiasi situazione apparentemente negativa o disperata, aumentare la capacità di guarire noi stessi e gli altri, aderire alla semplicità volontaria per migliorare le nostre possibilità economiche.



Travis Bradberry e Jean Greaves

Prefazione di PATRICK LENCIONI

INTELLIGENZA EMOTIVA 2.0

"SPIEGA IN MODO CONCISO COME AFFRONTARE CREATIVAMENTE LE EMOZIONI E METTERE A FRUTTO LA NOSTRA INTELLIGENZA". – IL DALAI LAMA

Include una edizione aggiornata online del TEST DI INTELLIGENZA EMOTIVA

208 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90 - ISBN 978-88-8093-996-2

Un programma rivoluzionario per aumentare la tua intelligenza emotiva e sviluppare appieno il potenziale del tuo quoziente emotivo (QE).
Potrai identificare le tue capacità QE, sapere come usarle e trasformarle in punti di forza per godere di un costante successo nel perseguimento dei tuoi obiettivi. Collaudate strategie pratiche, considerate estremamente efficaci dai massimi dirigenti di aziende di tutto il mondo, frutto di molti anni di ricerca, ti aiuteranno a determinare esattamente il tuo QE, individuare con esattezza quale delle 66 strategie di intelligenza emotiva può aumentare maggiormente il tuo QE, scoprire gli specifici comportamenti che influenzano il tuo QE, verificare con precisione di quanto è aumentato il tuo QE grazie ai tuoi sforzi.

Sarah Sérievic

LIBERI DAI RUOLI, FELICI NELLA VITA

Smetti di recitare la parte che ti hanno assegnato e diventa il vero interprete della tua vita

176 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-870-5

Compiere il destino di un altro, obbedire a quello che gli altri impongono, per affetto, per lealtà o magari per amore del quieto vivere soffoca l'identità personale ed è causa di insoddisfazione.

BYRON KATIE, L'AUTRICE CHE HA VENDUTO OLTRE UN MILIONE DI COPIE IN 27 PAESI

Byron Katie DVD VIDEO

IL LAVORO

Il DVD di The Work

32 pp. - 12 x 17 - Euro 17,90
allegato DVD video
ISBN 978-88-8093-920-7

Sarei più felice se avessi più soldi... Devo dimagrire... Il mio compagno dovrebbe ascoltarmi... Pensieri come questi possono turbinare nella nostra mente centinaia di volte al giorno creando stress, paura, rabbia e depressione. *Il Lavoro* di Byron Katie è un modo rivoluzionario di avere a che fare con i pensieri che ci impediscono di vivere nella pace e nella gioia.

Byron Katie

MILLE NOMI PER LA GIOIA

Vivere in armonia con la realtà delle cose

320 pp. - 14 x 21,5 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-683-1

Attraverso una selezione di riflessioni sui temi essenziali della vita, Byron Katie ci fa scoprire la libertà che si consegue dopo aver indagato sui pensieri che creano dolore.

Byron Katie

HO BISOGNO DEL TUO AMORE – È VERO?

Come smettere di cercare l'amore, l'approvazione e l'apprezzamento e iniziare invece a trovarli

304 pp. - 14 x 21,5 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-638-1

Con il suo insegnamento diretto e innovativo, Byron Katie esamina una fonte d'ansia molto diffusa: le relazioni con gli altri.

Byron Katie

INTERROGA I TUOI PENSIERI E CAMBIA IL MONDO

Citazioni di Byron Katie

176 pp. - 14 x 21,5 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-616-9

La profonda saggezza di Byron Katie non è affatto teorica, ma autentica e pratica e affronta temi come l'amore, il lavoro, il denaro e la realizzazione di sé.

Byron Katie

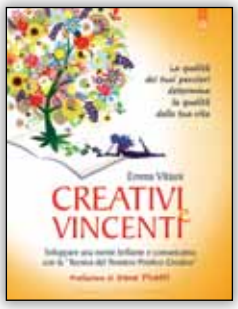
AMARE CIÒ CHE È

4 domande che possono cambiare la tua vita

352 pp. - 14 x 21 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-621-3

Se volete sostituire il dolore con la gioia e il sorriso, trasformare la depressione in leggerezza, ritrovare la libertà, arrivare a comprensioni nuove e profonde sulla vita, questo libro vi permetterà di cambiare la vostra esistenza per sempre.

Dal 1986, Byron Katie ha fatto conoscere Il Lavoro (*The Work*) a migliaia di persone in tutto il mondo. Attualmente tiene seminari in diversi paesi e guida programmi residenziali presso la sua School of Work.



Emma Vitiani

CREATIVI E VINCENTI

Metodi e tecniche per sviluppare una mente creativa e positiva

Prefazione di Irene Pivetti

208 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-794-4

Creativi e vincenti è un esauriente excursus dei mezzi creativi per migliorare la qualità della vita, evolvere e affrontare i problemi come opportunità, con la tecnica del Pensiero Positivo Creativo.

Neale Donald Walsch
Autore del bestseller *Conversazioni con Dio*

IL PICCOLO LIBRO DELLA VITA

Istruzioni per l'uso

224 pp. - 14 x 18 - Rilegato
Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-832-3

Un invito ad accogliere e mettere in pratica ogni giorno il tesoro di saggezza che ognuno racchiude in sé, per affrontare la vita e le sue sfide con integrità, autenticità e presenza di spirito.

Patricia Spadaro

L'ARTE DI DARE E RICEVERE

Ritrovare il potere di chiedere e il coraggio di donare

Manuale di equilibrio psico-energetico

224 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-838-5

Un metodo che insegna a dare, imparando a riportare equilibrio tra i bisogni personali, quelli della vita, della famiglia e del lavoro, e a ricevere.

Peggy McColl

CAMBIA IL TUO DESTINO CON UN CLIC

Accendi la vita dei tuoi sogni

Come padroneggiare le emozioni e attrarre a sé la vita dei propri sogni

224 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-842-2

Un sistema per lavorare sulle emozioni, comprendendone il potere per trasformarle in alleati e preziosi strumenti.

Katarina Michel

IL MONDO È DELLE CORAGGIOSE

Guida pratica per donne che vogliono prendere in mano la propria vita

128 pp. - 14 x 21,5 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-679-4

Katarina Michel offre alle donne il modo di trovare chiarezza interiore per percorrere con determinazione la strada verso un nuovo futuro ricco di esperienze e scelte autonome.

VIAGGIO NEL MAGICO MONDO DI HO'OPONOPONO

Catherine Kalama Becker

MANA CARDS

Il potere della saggezza hawaiana
44 carte illustrate da Doya Nardin

240 pp. - 12 x 12 - Illustrato con 44 carte a colori - Euro 14,98
ISBN 978-88-8093-238-3

Nate dalla tradizione Huna, la saggezza hawaiana da cui deriva Ho'oponopono, le *Mana Cards* combinano i simboli, gli insegnamenti e le interpretazioni hawaiane in modo da aumentare il nostro *Mana*, l'energia creatrice e spirituale che fluisce nell'universo. Più *Mana* possediamo, più il corpo, la mente e lo spirito irradiano salute e interezza. La dettagliata interpretazione delle 44 carte offre la possibilità di acquisire potere, manifestare visioni e sogni, sfruttare nuove opportunità, ritrovare sicurezza e attivare le potenzialità insite in ogni situazione. Le *Mana Cards* costituiscono una valida introduzione alla tradizione spirituale e culturale hawaiana, una rara opportunità per imparare ad apprezzarne la filosofia e il ricco simbolismo.

NOVITÀ

Giovanna Garbuio di Josaya

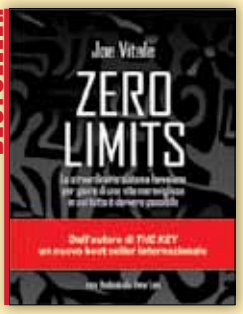
HO-OPONOPONO OCCIDENTALE

Percependo la perfezione migliora la realtà

256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-100-5

Ho-oponopono occidentale è un viaggio con un'unica destinazione, verso il tuo più naturale Essere. Derivato dalla cultura hawaiana, Ho-oponopono è un modo di vivere in continua evoluzione e ti permette di vivere consapevolmente la vita perfetta che ti spetta. La visione occidentale di questa filosofia, nel completo rispetto delle sue origini, va a fondo dei *perché* e ricava ulteriori *come* che rendono l'Ho-oponopono un modo di essere davvero miracoloso. In queste pagine c'è dunque tutto quello che nessuno ha ancora detto sull'Ho-oponopono e i veri motivi delle sue qualità fondamentali: semplicità, immediatezza ed efficacia estreme.
"Non è necessario che cambi niente di te stesso, non devi diventare qualcuno di diverso da quello che sei e, soprattutto, non è necessario che tu impari nulla di più di quello che già sai".

BESTSELLER



J. Vitale e I. Hew Len

ZERO LIMITS

Lo straordinario sistema hawaiano per gioire di una vita meravigliosa in cui tutto è davvero possibile

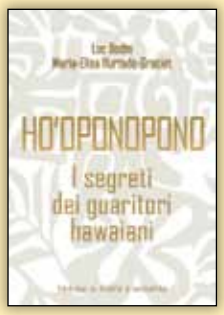
320 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-871-2

Luc Bodin, Nathalie Bodin e Jean Graciet

IL GRANDE LIBRO DI HO'OPONOPONO

Saggezza hawaiana di guarigione

160 pp. - 14 x 21 - Euro 11,90
ISBN 978-88-6820-023-7



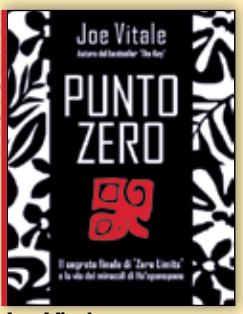
Luc Bodin e Maria-Elisa Hurtado-Graciet

HO'OPONOPONO

I segreti dei guaritori hawaiani

128 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-911-5

BESTSELLER



Joe Vitale

PUNTO ZERO

Il segreto finale di "Zero Limits" e la via dei miracoli di Ho'oponopono

316 pp. - 14 x 18 - Rilegato
Euro 14,90 - ISBN 978-88-6820-053-4

Altre opere di Joe Vitale a pag. 10

Ho'oponopono, letteralmente "mettere le cose al posto giusto", è una filosofia hawaiana e al tempo stesso una potente tecnica che aiuta a eliminare tutti gli elementi consci e inconsci (credenze, ricordi, programmazioni mentali) che ti ostacolano e ti controllano, permettendoti di ritrovare serenità e libertà d'azione. *Ho'oponopono* è la chiave per diventare artefice della tua felicità. Le vibrazioni che mette in moto daranno luogo a strabilianti cambiamenti interiori che si riflettono anche all'esterno.

Ho'oponopono è la tradizionale arte hawaiana grazie alla quale puoi riconoscere come tutto ciò che accade nella tua vita, tutto ciò che ti affligge, provenga da ricordi e programmi inconsci capaci di imprigionarti e, in qualche misura, di obbligare gli eventi a ripresentarsi in varie forme facendoti reagire inconsciamente sempre allo stesso modo. Riconoscendo e ripulendo i tuoi vecchi schemi, Ho'oponopono ti permette di trasformare problemi e difficoltà in opportu-

SERGE KAHILI KING

NUOVA EDIZIONE

Serge Kahili King

LA PADRONANZA DEL SÉ NASCOSTO

Guida alla saggezza hawaiana Huna

208 pp. - 14 x 21 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-240-6

Serge Kahili King utilizza i metodi di guarigione Kahuna per aiutarci a scoprire l'aspetto più profondo del nostro essere, entrare in contatto con il nostro Sé nella dimensione onirica, trovare la fonte di Mana, l'energia vitale, sviluppare capacità superiori di concentrazione in meditazione, diventare consapevoli del nostro subconscio.

NUOVA EDIZIONE

Serge Kahili King

A SCUOLA DALLO SCIAMANO

Manuale di trasformazione personale basato sulla "via hawaiana dell'avventura"

256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-068-6

Un percorso di guarigione e di crescita che ci insegna ad applicare la saggezza hawaiana nella nostra vita di tutti i giorni. Stati di paura, malattia e disarmonia possono essere risolti utilizzando tecniche di amore, cooperazione ed equilibrio.

ROSARIO ALFANO

Wendy Jago

ALLENA IL TUO CERVELLO ALL'ECCELLENZA CON LA PNL

Strategie di flessibilità mentale per il benessere e il successo

224 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-830-9

La PNL insegna a sviluppare flessibilità e adattabilità, elementi chiave per avere successo in un mondo che è in costante cambiamento.

J. O'Connor e I. McDermott

MANUALE DI PNL

Programmazione neurolinguistica e sviluppo personale

224 pp. - 17 x 22 - Euro 11,50
ISBN 978-88-8093-322-9

La PNL ci aiuta a capire e a usare consapevolmente le dinamiche e i meccanismi del comportamento umano, attraverso una serie di tecniche facili ed efficaci da impiegare in campo professionale e personale.

Rosario Alfano

LA TECNICA DEL TOGLIERE

Come eliminare il superfluo per ritrovare se stessi

256 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-930-6

Quando ti liberi delle cose inutili, quando fai piazza pulita dei pensieri errati o negativi, quando finalmente ti svincoli dai falsi bisogni e dalle false convinzioni, la tua vita comincia a brillare libera, completa, non condizionata.

Rosario Alfano

PUOI CAMBIARE

Il libro delle svolte

Realizza i cambiamenti che stai rimandando da tempo

176 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-786-9

Puoi cambiare offre un vero e proprio metodo, facile, efficace e già collaudato da molti, che ti insegnerà a decidere in maniera irreversibile di mettere mano al cambiamento.

R. Americo e R. Alfano

RELAZIONI VINCENTI

Con il nuovo linguaggio del corpo

Decodificare i gesti e imparare a reagire applicando la PNL

176 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-647-3

Un'integrazione tra comunicazione non verbale e PNL, per imparare a interagire sempre con successo.

A pag. 54 *Manuale per donne lasciate*

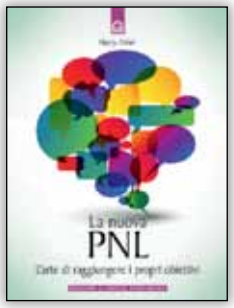
Beryl Heather e Harry Alder

PNL IN 21 GIORNI

Un approccio rivoluzionario alla comunicazione umana e allo sviluppo personale

272 pp. - 17 x 22
Illustrato - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-576-6

Un programma in 21 giorni, con esercizi pratici che permettono di verificare e applicare ciò che si apprende passo dopo passo.



Harry Alder

LA NUOVA PNL

L'arte di raggiungere i propri obiettivi

256 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-731-9

Grazie alla PNL, possiamo raggiungere straordinari risultati e comunicare in un modo che può fare la differenza tra la mediocrità e l'eccellenza.

- Sviluppare la memoria
- Rapporti personali soddisfacenti
- Successo sul lavoro

Ian McDermott

CREDI IN TE CON LA PNL

Semplici tecniche per aumentare la fiducia, l'autostima e il successo

208 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-891-0

La sicurezza, la fiducia in te stesso, l'autostima, sapere che sei in grado di padroneggiare le situazioni, sono certezze facilmente raggiungibili. Sarai stupefatto nel vedere come la vita cambia corso, le possibilità si materializzano e le potenzialità si sviluppano.

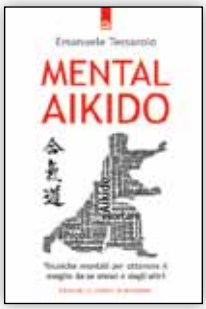
Yvonne Oswald

IL POTERE DELLE PAROLE

Usa la forza del linguaggio per trasformare la tua vita

224 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-876-7

Imprimi una concreta svolta al tuo destino imparando a usare un linguaggio che parla di successo. Le parole che pronunci e pensi non servono soltanto a descrivere il mondo nel quale vivi, ma lo plasmano in tutto e per tutto.



Emanuele Tessarolo

MENTAL AIKIDO

Tecniche mentali per ottenere il meglio da se stessi e dagli altri

192 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-027-5

Un sistema semplice e pratico ti insegna una vera e propria tecnica di autodifesa mentale per districarti tra rapporti difficili, discussioni accese, scontri verbali e incomprensioni.

Thierry Schneider

LA VIA DELL'ATLETA DI VITA

Scopri le naturali risorse del vero leader e diventa il personal trainer del tuo successo e della tua felicità

192 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-851-4

Qual è l'allenamento che l'atleta di vita ti invita a seguire? È la vita stessa: il lavoro, lo sport, i rapporti sono ottimi maestri per affinare le nostre qualità.

NUOVA EDIZIONE
MARZO 2015

Robin Sharma

IL SANTO, IL SURFISTA E L'AMMINISTRATORE DELEGATO

Come vivere seguendo i desideri del cuore

224 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-156-2

Ecco uno di quei libri che hanno il potere e la saggezza per parlare alla parte migliore di noi e risvegliare la nostra anima a quel miracolo continuo che la vita dovrebbe essere.

Fred Kofman

BUSINESS CONSAPEVOLE

Come creare ricchezza attraverso i valori

352 pp. - 14 x 21,5 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-620-6

Straordinarie tecniche per avere successo al di là del successo; associare azione e affidabilità, scoprire che la fonte ultima dell'eccellenza è nell'essere prima che nel fare e ottenere ciò che è davvero importante sul lavoro e oltre.

Joseph M. Marshall III

IL POTERE DEL QUATTRO

Lezioni di leadership di Cavallo Pazzo

160 pp. - 14 x 21,5 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-630-5

Marshall espone le qualità che il popolo pellerossa considerava importanti per i suoi capi e dimostra perché la filosofia di leadership degli indiani d'America sia ancora efficace.

Altre opere di J.M. Marshall III a pagina 59

Massimo Borgatti

SCIAMANAGER

La via energetica alla leadership tra sciamanismo e management

224 pp. - 17 x 22 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-732-6

Fei Long
e Aljoscha Long

I CINQUE SEGRETI DEL DRAGO

La risposta taoista a *The Secret*

192 pp. - 15 x 19 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-943-6

Sei già perfetto. Ora, in questo momento. Liberati da tutto ciò che ti limita e ti condiziona e impara a riconoscere ciò che è dentro di te.

Anna Fata

LA VITA PROFESSIONALE E LA PRATICA MEDITATIVA

Sviluppare presenza, attenzione, consapevolezza e intuito sul lavoro

256 pp. - 14 x 21,5 - Euro 13,50
ISBN 978-88-8093-651-0

Un manuale che spiega le chiavi di volta per il manager del nuovo millennio.

A pag. 30, della stessa autrice: *Lo zen e l'arte di cucinare*

Roberto Tiby

YIN YANG MARKETING

Un approccio moderno e innovativo, basato sugli antichi principi della filosofia cinese

160 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-673-2

La strada per trovare i segreti del successo unici e specifici per ogni realtà aziendale:

- Analizzare i dualismi
- Individuare gli equilibri
- Garantire il cambiamento

Gilbert Morency

TRASFORMARE I NO IN SI

L'arte della negoziazione per ottenere il meglio nei rapporti personali e di lavoro

144 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-951-1

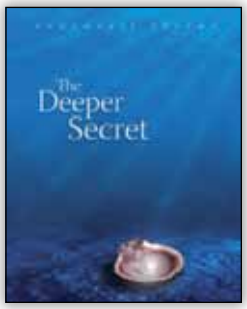
Saper negoziare nella vita ti apre qualunque porta e ti permette di ottenere tutto quello cui aspiri. Negoziare è qualcosa che fai tutti i giorni: in famiglia, nella società, al lavoro; non sempre però nel modo giusto.

Giovanni Ottaviani

LO ZEN E L'ARTE DELLA COMUNICAZIONE

192 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-530-8

Attraverso le tecniche della comunicazione zen è possibile scoprire i segreti dei meccanismi comunicativi inconsci e migliorarli. Grazie a insegnamenti originali impareremo a sentirci a nostro agio davanti agli altri, ad affrontare il pubblico, a impostare il tono della voce, a controllare l'emotività.



Annemarie Postma

THE DEEPER SECRET

Il segreto più profondo

Cosa vuole da te la vita?

192 pp. - 14 x 18 - rilegato
Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-699-2

Uriel

LE CARTE DEL KADOSH

Il sentiero della visione dell'anima

128 pp. - 16 x 15 - Euro 16,90
ISBN 978-88-8093-184-3

Le 81 carte create a scopo meditativo si basano sui 72 nomi divini degli Angeli della Cabala, più 9 carte degli Arcangeli delle Sephiroth. *Le carte del Kadosh* rappresentano l'essenza della nostra anima e di quello a cui siamo destinati.

Sabrina Dal Molin

VITE TERRENE, VITA NELL'ALDILÀ

Messaggi per una nuova umanità dal mondo dell'invisibile

288 pp. - 14 x 21,5 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-792-0

Siamo esseri di luce. Scegliamo di nascere su questa Terra, viviamo la nostra vita, e, quando giunge al termine, torniamo al punto di partenza, arricchiti dalle esperienze vissute. Non esiste la morte, intesa come fine di tutto.

ROSANA LIERA

Rosana Liera

DIRE SÌ ALL'AMORE INSIEME AGLI ANGELI

128 pp. - 14 x 21 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-963-4

Cosa sono gli angeli? Come li puoi contattare? Perché ognuno di noi ha un angelo custode? Questi esseri straordinari e luminosi ti sono vicini per aiutarti e aprirti la strada, ti guidano e comunicano con te in vari modi. Potrai imparare a comunicare con loro, leggerne i segnali e farti condurre verso la tua felicità.

NOVITA'

Rosana Liera

L'ARCANGELO RAPHAEL

Visione e guarigione
I poteri di Raphael per chiamare a te gioia e benessere

160 pp. - 14 x 21 - illustrato
Euro 10,90 -
ISBN 978-88-6820-122-7

Una guida indispensabile per conoscere i poteri dell'arcangelo Raphael e utilizzarli nella vita di tutti i giorni. Rosana Liera, sensitiva apprezzata a livello internazionale, ci conduce in un appassionante viaggio nel mondo dell'invisibile, verso l'incontro con Raphael e con l'immensa forza di guarigione insita in ognuno di noi. L'arcangelo Raphael scelse di preservare i poteri della guarigione e della visione divina, divenendo egli stesso la personificazione di quelle forze. Oggi Raphael è con noi per aprirci a questa conoscenza e offrirci così la chiave d'accesso alle infinite risorse del divino.

• La cosmologia ispirata dagli arcangeli • Metodi per visualizzare e contattare l'arcangelo Raphael • Guida pratica all'utilizzo dei suoi poteri • Esercizi di guarigione angelica, respirazione e canto come strumenti di autoguarigione • Rimedi naturali e suggerimenti per vivere sani e meglio • Meditazioni degli arcangeli e invocazioni

BESTSELLER

Principessa Märtha Louise ed Elisabeth Samnøy

INCONTRA IL TUO ANGELO CUSTODE

Una guida per incontrare la tua forza unica e speciale

256 pp. - 18 x 14 - Rilegato
Illustrato - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-723-4

Le forze angeliche sono sempre al nostro fianco. Fanno parte di una inesauribile riserva di energia positiva, e contattarle significa poter accedere al nostro potenziale più elevato.

GARY QUINN

Gary Quinn

VIVERE NELLA ZONA SPIRITUALE

10 passi per rimettere in forma la tua vita

192 pp. - 14 x 21,5 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-819-4

"Che tu te ne renda conto o no, la tua vita sulla Terra è diretta dalle scelte che crei per te nella Zona Spirituale, che apre un panorama di infinite possibilità ed è lontana solo un passo dal luogo in cui vivi!".

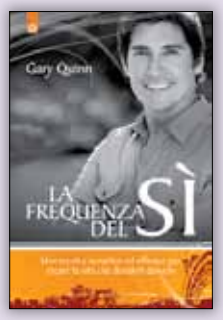
Gary Quinn

CHE GLI ANGELI SIANO CON TE

Crea la vita che desideri con i 7 angeli di potere!

160 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-799-9

Esistono gli angeli? Come invocarli? Conoscere i 7 tipi di angeli creativi ti aiuterà a raggiungere i tuoi obiettivi: ti guideranno nel tuo viaggio verso il miracolo di una nuova vita.



Gary Quinn

LA FREQUENZA DEL SÌ

Una tecnica semplice ed efficace per creare la vita che desideri davvero

192 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-923-8

Usando la semplice strategia del SÌ, le azioni SÌ, gli esercizi SÌ, le affermazioni del SÌ, la chiarezza rimpiazzerà la confusione e potrai riguadagnare il tuo potere personale, iniziando a costruire la vita che desideri veramente.

Chantal Emery

I 72 ANGELI DEL DESTINO

Scopri il tuo futuro con la numerologia magica della Cabala

240 pagine - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-924-5

La "numerologia angelica" ti permetterà di conoscere te stesso e ciò che emana il tuo subconscio; potrai individuare più chiaramente i tuoi veri obiettivi e le tue aspirazioni autentiche; potrai prendere in mano il tuo destino invece di subirlo.

Seka Nikolic

TU SAI PIÙ DI QUANTO CREDI

Guida pratica per accedere ai poteri straordinari del tuo subconscio

208 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-856-9

Accedendo ai tuoi poteri interiori e prendendo il controllo della tua energia, puoi raggiungere grandi traguardi e trasformare completamente la tua vita. La capacità di utilizzare l'energia è innata.

Carlo Pizzati

TECNOSCIAMANI

Tra spiritualità e tecnologia: viaggio ai confini del mondo per curare un mal di schiena cronico

Prefazione di Daria Bignardi

224 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-874-3

Un viaggio esilarante ai confini del mondo per curare un mal di schiena cronico. Un'indagine sul rapporto tra spiritualità e tecnologia.

Meg Lundstrom

CHE FARE QUANDO NON SAI CHE PESCI PIGLIARE

Tecniche semplici ed efficaci per prendere la giusta decisione

288 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-913-9

Un sistema per accedere facilmente alla soluzione dei tuoi dubbi bypassando la mente conscia e andando ad attingere direttamente al tuo bacino di conoscenza interiore. Un manuale pratico per prendere decisioni con più facilità e chiarezza.

Anthony Blake

IL TUO POTERE INTUITIVO

Tecniche ed esercizi per sviluppare il sesto senso

160 pp. - 17 x 22 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-425-7

Tecniche per: sviluppare gli emisferi cerebrali, aumentare il livello di autostima, migliorare la capacità di prendere decisioni, diminuire sensibilmente i livelli di stress, potenziare la memoria, esercitare le capacità di osservazione attraverso i 5 sensi per arrivare a sviluppare il "sesto senso"

Judy Hall

REINCARNAZIONE

224 pp. - 14 x 21,5 - Euro 12,50
ISBN 978-88-8093-334-2

Oltre metà della popolazione mondiale accetta il concetto di reincarnazione. In Oriente è dato per scontato; in Occidente si sta diffondendo sempre di più. Judy Hall analizza le antiche tradizioni, alla luce dei punti di vista orientale e occidentale e delle opinioni favorevoli e contrarie.

A pagina 48
Protezione psichica

Ernst L. von Solstein

IL FENOMENO DEGLI ORB

Una porta verso altri mondi?

256 pp. - 14,5 x 21,5 - Euro 16,90
Illustrato a colori
ISBN 978-88-8093-646-6

Un viaggio in una nuova realtà, attraverso la fisica, la meccanica quantistica, l'ottica, la religione, la psicologia, le favole e le leggende. Un'analisi delle teorie sugli orb, un metodo che permette di distinguere i falsi e i veri orb.

Francine Boisvert

LA MAGIA DI MERLINO, IL MAGO

Rituali, incantesimi, sortilegi e pozioni della tradizione celtica

160 pp. -17 x 22- Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-360-1

Un testo per scoprire il mondo celtico della tradizione e della magia in modo esauriente e pratico. Impareremo a cantare invocazioni, a conoscere gli alberi sacri dei Celti e il loro calendario, a consacrare gli strumenti magici, a confezionare fiale e pozioni, a utilizzare il potere delle rune e molto altro ancora.

Nigel Pennick

MAGIA NATURALE IN AZIONE

Tecniche, rituali e incantesimi positivi

160 pp. - 17 x 22 - Euro 11,00
ISBN 978-88-8093-290-1

Tecniche semplici ed efficaci per interagire con gli elementi e vivere in sintonia con la natura. Una guida pratica e completa per ottenere la conoscenza e la padronanza di positive procedure magiche capaci di migliorare sensibilmente la qualità della nostra vita.

Patricia Telesco

MAGIA POSITIVA

Tecniche e strumenti per attivare e utilizzare il potere delle energie amiche

240 pp. - 17 x 22 - Euro 14,00
ISBN 978-88-8093-260-4

Procedure magiche per migliorare sensibilmente la qualità della nostra vita: invocazioni e rituali, spazi sacri per i momenti di silenzio e di preghiera, simboli magici, amuleti ed erbe magiche, meditazioni e visualizzazioni, tecniche di divinazione, interpretazione dei sogni, analisi dei presagi.

Laura Fezia

SCUOLA DI MAGIA

Risvegliare e utilizzare l'energia interiore attraverso la consapevolezza e il pensiero positivo

168 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 9,30
ISBN 978-88-8093-135-5

La magia è semplicemente l'uso cosciente di energie naturali alle quali tutti possiamo accedere. Amore, Pensiero Positivo, Consapevolezza sono gli strumenti della Magia dell'età dell'Acquario che dobbiamo imparare a riscoprire dentro di noi e a utilizzare per un concreto "vivere meglio".

CRISTIANO TENCA

Salvatore Brizzi e Riccardo Geminiani

IL BAMBINO E IL MAGO

L'iniziazione di un bambino al lato luminoso della magia

128 pp. - 15 x 19
Rilegato - Euro 9,90
ISBN 978-88-6820-015-2

Lo scambio epistolare fra un bambino di nome Geremia e un mago dei nostri giorni introduce in maniera facile e piacevole al misterioso mondo dell'esoterismo.

Riccardo Geminiani

ANGELI, ZANZARE E CASTELLI

Domande spiazzanti e pensieri illuminanti di un bambino sindaco

Presentazione di Massimo Gramellini

Prefazione di Igor Sibaldi

128 pp. - 14 x 18 - Euro 10,90
Rileg. - ISBN 978-88-8093-947-4

Le frasi di Fedor, un bambino russo di 6 anni, dotato e luminoso, che vive con Riccardo Geminiani, costituiscono una raccolta di pensieri e concetti irresistibili, un concentrato di spiritualità e ironia.

BESTSELLER

Cristiano Tenca

IL LIBRO DELLE PAROLE MAGICHE

Incantesimi dell'era moderna

184 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-306-9

Un viaggio affascinante attraverso la conoscenza e l'uso delle parole magiche per scoprire che ciascuno di noi è un mago potenziale. Partendo da basi scientifiche documentate, Cristiano Tenca fornisce una conoscenza magica alla portata di tutti.

Cristiano Tenca

PAROLE MAGICHE 2

Nuovi incantesimi dell'era moderna

224 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-527-8

Cristiano Tenca prosegue il suo viaggio affascinante nella magia con 300 nuove formule, che consentono a tutti di migliorare la propria vita e continuare a sognare... Anche nel secondo volume sono presi in esame solo incantesimi positivi.

Cristiano Tenca

PAROLE MAGICHE 3

Incantesimi per il nuovo millennio

256 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-889-7

Proseguendo nel suo percorso sperimentale di raccolta e catalogazione delle parole di potere, Tenca ci propone ora l'essenza della sua conoscenza, rendendo accessibili nuovi incanti per il miglioramento della vita individuale.

Dallo stesso autore: a pag. 33: *Avere un naturopata in casa*

Allison DuBois
La donna cha ha ispirato la serie televisiva MEDIUM

PARLAMI

Cosa ti sussurrano dall'aldilà

224 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-6820-060-2

Nonostante la realtà della morte sia complicata, esiste una via che lascia spazio alla speranza, alla guarigione e al ricongiungimento con coloro che ci mancano.

Dan Millman e D. Childers

INTERVENTI DIVINI

Storie vere di misteri e di miracoli che cambiano la vita

268 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-311-3

Un'incredibile raccolta di testimonianze, esperienze, avvenimenti miracolosi e fenomeni inspiegabili. Un X-File spirituale di casi documentati.

A pag. 65 gli altri titoli di Dan Millman

Cristiano Tenca, Roberta Barioglio e Stefania Montarolo

UN SOFFIO DI SERENITÀ

Dialoghi con un Maestro invisibile

240 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-921-4

Un viaggio tra mondi e dimensioni che riporta il dialogo intenso e coinvolgente con un'entità saggia e amorevole, molto attenta alle vicissitudini umane che risponde con completezza a domande specifiche sull'aldilà e su cosa dobbiamo aspettarci.

Cristiano Tenca

IL LIBRO DELLE BACCHETTE MAGICHE

Con una bacchetta di nocciolo raccolta secondo l'antica tradizione

160 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-307-6

Una guida completa alle bacchette magiche, con una bacchetta in nocciolo, raccolta seguendo le antiche regole tramandate da generazioni di maghi, pronta per essere attivata, potenziata e per-

Cristiano Tenca

LE CARTE DELLE PAROLE MAGICHE

Sincronicità e divinazione nella vita quotidiana

Con 60 carte a colori divise in 2 gruppi: Incanti del giorno e risposte a quesiti specifici

192 pp. - 12 x 17
60 carte a colori - Euro 16,90
ISBN 978-88-8093-643-5

Un mezzo divinatorio per interpretare e migliorare la propria vita attraverso formule e incantesimi.

NOVITA'

Françoise Tibika

COSCIENZA MOLECOLARE

L'intima connessione e la reciproca trasformazione tra noi e l'universo

176 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-118-0

Tutte le molecole che costruiscono la nostra realtà sono guidate da una sbalorditiva coerenza. Esse infatti sono in costante comunicazione tra loro per memorizzare e trasmettere informazioni sia a livello intracellulare sia attraverso grandi distanze. *Coscienza molecolare* svela come avviene questa comunicazione, un mistero che ha sconcertato biologi, chimici e fisici quantistici per più di un secolo. Utilizzando le leggi fondamentali della termodinamica e le recenti scoperte di fisica quantistica e biologia molecolare, Françoise Tibika spiega come ogni atomo dell'universo sia intrinsecamente collegato a tutti gli altri attraverso i ricordi e le informazioni che racchiude. Rivelando le intime connessioni tra mente e materia, *Coscienza molecolare* spiega che la comunicazione cosciente esiste ovunque, fino nelle molecole stesse di cui noi e l'universo siamo costituiti.

Monika Herz

I NUMERI CHE GUARISCONO

Potere mistico e terapeutico delle matrici numeriche

128 pp. - 14 x 21 - Euro 9,90
ISBN 978-88-6820-068-8

Attingendo ad antiche conoscenze, *I numeri che guariscono* ti guida passo dopo passo nel misterioso mondo dei numeri, studia i profondi significati insiti nelle matrici numeriche e ti rivela il loro potere mistico e terapeutico. Nei numeri sono nascoste informazioni in grado di condurti a un processo di guarigione energetico e psicofisico che molte persone già ora stanno sperimentando. Monika Herz ha sviluppato un metodo pratico per individuare il tuo numero terapeutico e come utilizzarlo nel percorso di guarigione. Ti spiega inoltre il significato mistico dei numeri da zero a dieci, ti descrive i simboli che li rappresentano e ti indica i tipi corrispondenti nell'enneagramma.

• *La simbologia racchiusa in ogni numero* • *Che cosa si nasconde dietro le Sephirot della Cabala* • *Il significato dei numeri nelle religioni* • *Che cosa fa capire l'enneagramma sulla natura dell'essere umano* • *Come trovare il tuo numero di guarigione* • *I poteri insiti nelle matrici numeriche*

Neil Koelmeyer e Ursula Kolecki

IL CODICE SEGRETO DEL TUO NOME

Scopri le frequenze vibratorie che influenzano il tuo destino

Traccia il profilo della tua personalità e cogli le opportunità che la vita ha in serbo per te

225 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-6820-001-5

Prendi in esame le lettere del nome, i suoni e i numeri corrispondenti, unitamente alla data di nascita: potrai tracciare un profilo lucido e veritiero della tua personalità.

PHILIPPE BARRAQUÉ

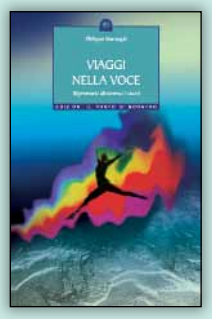
Patrizia Saterini

MUSICA INDIANA

Teoria e considerazioni da una prospettiva occidentale

240 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-019-0

Un manuale sulla musica indiana che tratta non solo le nozioni teoriche di base ma, soprattutto, propone un viaggio nella filosofia del suono, alle radici del concetto del "fare musica".



Philippe Barraqué

VIAGGI NELLA VOCE

Rigenerarsi attraverso i suoni

168 pp. - 11 x 17 - Euro 6,20
ISBN 978-88-8093-264-2

Un itinerario alla ricerca del proprio centro di equilibrio sonoro interiore, con esercizi pratici per trovare lo stato vibrazionale ottimale per riarmonizzarsi, attraverso semplici tecniche vocali e di respirazione.

Philippe Barraqué

ALLE SORGENTI DEL CANTO SACRO

Iniziazione ai canti della Terra

128 pp. - 11 x 17 - Euro 6,20
ISBN 978-88-8093-275-8

Il canto è una delle espressioni più sacre avute in dono dall'uomo. La conoscenza intuitiva dei suoni è nella memoria delle tradizioni spirituali. "Non è il canto a essere sacro, ma il legame che crea".

Philippe Barraqué

IL CANTO DEGLI SPIRITI

Ritrovare la propria voce sciamanica

160 pp. - 11 x 17 - Euro 6,20
ISBN 978-88-8093-326-7

Esplorando tecniche primordiali di guarigione e stati alterati di coscienza a esse collegati, Barraqué ci introduce al canto degli spiriti, per ristabilire la comunicazione con le forze della natura, e a quella presenza che traspare a ogni suono offerto all'universale.

Dello stesso autore, a pag. 41:
La voce che guarisce

Pierre Lassalle e Brigitte Maffray

LA TUA VITA CAMBIA OGNI 7 ANNI

Scopri i ritmi del tuo destino

304 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-880-4

La ciclica dei 7 anni è una teoria conosciuta fin dall'antichità che si basa sul procedere di periodi che segnano delle tappe fondamentali nell'evoluzione della persona. Un manuale che si basa sulla biosofia, cioè lo studio dei ritmi e dei cicli della vita.

Frank Joseph

IL POTERE DELLE COINCIDENZE

La sincronicità e il misterioso ruolo che svolge nella nostra vita

224 pp. - 14 x 21,5 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-718-0

Il potere delle coincidenze è un viaggio affascinante, un vero e proprio trattato, chiaro, semplice e al tempo stesso coinvolgente. Frank Joseph ci insegna a riconoscere gli esempi di "coincidenze significative", gli schemi e il loro ciclico ripresentarsi, fornendoci semplici e lineari indicazioni su come seguirne l'evoluzione: sta a noi "allenarci" a prenderne nota per mettere a frutto i doni che ci offrono.

- Il concetto di coincidenza significativa: nulla accade per caso
- Il significato di oggetti e numeri particolari
- Profezie e vite parallele
- Punti di svolta ed esperienze che cambiano per sempre la vita
- La sincronicità come guida e destino
- Il diario come modo per tener traccia delle coincidenze significative.

MASARU EMOTO

Masaru Emoto

LE CARTE DEI CRISTALLI D'ACQUA

48 carte con le straordinarie fotografie a colori dei cristalli d'acqua

48 carte a colori e opuscolo
9 x 13 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-604-6

Un valido strumento da applicare alla vita di tutti i giorni per raccogliere i frutti benefici della risonanza positiva: avere relazioni più armoniose, ristabilire la salute.

Masaru Emoto

IL MIRACOLO DELL'ACQUA

Scoprire e utilizzare i benefici effetti della risonanza positiva

128 pp. - 17 x 22
Illustrato a colori - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-560-5

Un testo straordinario che dimostra come il ruolo del tutto unico dell'acqua nel trasportare la vibrazione naturale delle parole possa aiutarci ad accogliere il cambiamento e a vivere una vita più positiva.

Steve Taylor

FUORI DAL BUIO

Dal disordine interiore alla trasformazione personale

Come gli sconvolgimenti della vita possono essere alla base di cambiamenti positivi

288 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-875-0

Anche le peggiori circostanze possono rappresentare un giro di boa che trasforma una vita ordinaria in qualcosa di straordinario. Fuori dal buio presenta le storie di oltre trenta persone che hanno vissuto profondi traumi e sconvolgimenti, dai quali sono emerse completamente rinnovate. Una trasformazione apparentemente dolorosa, riconosciuta poi come una fantastica opportunità. Episodi del genere spesso vengono definiti "miracoli", un'etichetta rincuorante che può indurre a ritenerli "un caso su un milione". Ma le testimonianze raccolte da Steve Taylor dimostrano che questi fenomeni sono più diffusi di quanto si creda e, soprattutto, sono alla portata di chiunque.

Anne Jones

LIBERARSI DALLE ENERGIE NEGATIVE

Semplici passi per migliorare il benessere in casa e al lavoro

256 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-693-0

Un manuale per eliminare le energie negative racchiuse nella mente, nel corpo e nell'ambiente.

BESTSELLER

Markus Schirner

I MONDI DEL PENDOLO

Grande manuale del pendolo per principianti ed esperti

96 pp. - 21 x 29 - Euro 11,90 - ISBN 978-88-8093-109-6

Un manuale sull'uso del pendolo, che permette a chi lo utilizza di sintonizzarsi con l'oggetto della propria indagine e di risvegliare la sensibilità alle emanazioni, con oltre 75 tavole tematiche.

Manfred B. Hartmann

I MONDI DEL RABDOMANTE

Per principianti ed esperti

112 pp. - 21 x 29 - Illustrato - Euro 11,90 - ISBN 978-88-8093-206-2

Un manuale completo per l'utilizzo immediato, adatto a principianti ed esperti. Un ausilio professionale oggettivo e conciso per semplificare il lavoro con la bacchetta nell'uso quotidiano, per poter iniziare a operare con questi strumenti, corredato da numerose tavole, schemi e illustrazioni.

A pag. 64 dello stesso autore: *Risvegli spirituali*

A pag. 51 della stessa autrice: *Il potere è in te*

FRANCK SENNINGER

NOVITA'

Franck Senninger

LE VIRTÙ DEL CAFFÈ

128 pp. - illustrato a colori
12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-6820-120-3

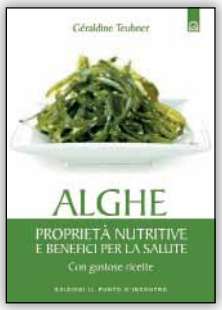
Quando ti prendi una pausa con un buon caffè "che ti tira su", sai che stai anche dando una mano alla tua salute? In questa piccola guida pratica scoprirai i numerosi benefici che il caffè può offrirti, dalle vitamine ai minerali, a una gran quantità di antiossidanti efficaci contro i radicali liberi, in misura ben superiore rispetto ad alimenti ritenuti antiossidanti per eccellenza, come tè, mirtilli, mele e kiwi. I benefici del caffè non si limitano al cervello, per effetto della caffeina, o alle malattie dell'invecchiamento. Questa magica bevanda ha infatti dimostrato di svolgere un'azione benefica nei confronti di svariate patologie, dai disturbi del fegato al diabete, dalla gotta all'ipertensione. Può addirittura aiutare nella prevenzione di alcune malattie cardiovascolari e certi tipi di tumore.

Franck Senninger

LE VIRTÙ DEL CIOCCOLATO

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-6820-026-8

Un numero di studi sempre maggiore dimostra che il cioccolato non è solo una raffinata squisitezza, ma è anche un toccasana per il corpo e la psiche. Un noto nutrizionista, illustra tutte le virtù di un alimento i cui eccezionali benefici sono emersi nel corso di numerose ricerche scientifiche.



Géraldine Teubner

ALGHE

Proprietà nutritive e benefici per la salute

Con gustose ricette

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-6820-049-7

Altamente proteiche e quasi prive di calorie, le alghe sono una delle migliori fonti di vitamina C, D, E, vitamine del gruppo B, calcio, ferro, magnesio, fosforo, sodio, potassio, rame, zinco, oligoelementi, aminoacidi ed enzimi. Sono considerate tra gli alimenti più benefici per il nostro corpo.

Bernard Montelh

I SEGRETI DEL LIEVITO DI BIRRA

Per la salute, la bellezza e in cucina

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-6820-069-5

Contrasta la stanchezza, depura e rende luminosa la pelle, rafforza unghie e capelli, combatte le carenze alimentari: il lievito di birra è un vero e proprio superalimento per la salute e la bellezza. Bernard Montelh presenta una guida utile e pratica che ti condurrà alla scoperta di un toccasana per il tuo organismo.

ALESSANDRA MORO BURONZO

BESTSELLER

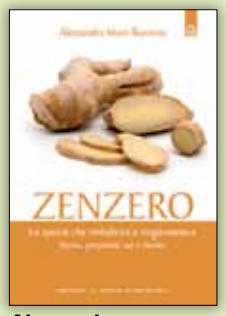
Alessandra Moro Buronzo

LE INCREDIBILI PROPRIETÀ DEL BICARBONATO DI SODIO

Per la salute e il benessere, per le ricette di cucina, per l'igiene personale e la bellezza, per gli animali domestici, per chi pratica sport, per la casa, il giardino e l'automobile

160 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-678-7

Il bicarbonato è un impareggiabile alleato in molti lavori domestici e un utile rimedio.



Alessandra Moro Buronzo

ZENZERO

La spezia miracolosa che rivitalizza e ringiovanisce

Storia, proprietà, usi e ricette

128 pp. a colori- 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-919-1

Numerosi studi scientifici hanno dimostrato che lo zenzero è un toccasana, un vero e proprio alimento chiave per la salute, ma è anche una spezia saporita che si adatta alla maggior parte delle preparazioni.

Alessandra Moro Buronzo

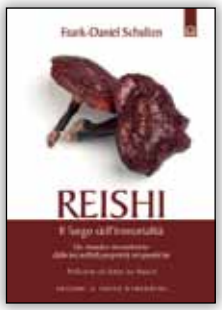
CURCUMA

Le incredibili proprietà e i benefici per la salute

Con gustose ricette

128 pp. a colori- 12 x 17 -Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-974-0

Fino a poco tempo fa le proprietà terapeutiche della curcuma erano poco note alla medicina occidentale. Alessandra Moro Buronzo svela l'enorme potenziale di questa spezia preziosa, oggi annoverata tra gli alimenti antitumorali più significativi.



Frank-Daniel Schulten

REISHI, IL FUNGO DELL'IMMORTALITÀ

Un rimedio straordinario dalle incredibili proprietà terapeutiche

160 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-568-1

Le sostanze contenute nel reishi agiscono sul sistema immunitario e ne rafforzano le difese. È apprezzato per alleviare gli effetti secondari di chemioterapia e radioterapia, per curare le ferite e come disintossicante.

Georges M. Halpern

I FUNGHI CHE GUARISCONO

192 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-961-0

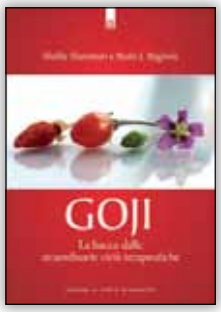
I funghi sono una delle più sorprendenti medicine che la natura ci offre. Per millenni le loro proprietà terapeutiche sono state sfruttate per contrastare molte malattie. Grazie ai risultati positivi di numerose ricerche scientifiche, oggi l'elenco delle patologie per cui possono essere utilizzati con comprovata efficacia si allunga sempre di più.

Allan Sachs

LE INCREDIBILI PROPRIETÀ TERAPEUTICHE DEI SEMI DI POMPELMO

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-273-4

L'estratto di semi di pompelmo ha un vastissimo spettro d'azione: sbalorditivi effetti antibiotici, antimicotici e antimicrobici, per la cura dei più svariati disturbi. Sicuramente un rimedio tutto naturale da non sottovalutare!



Shalila Sharamon e Bodo J. Baginski

GOJI

La bacca dalle miracolose virtù terapeutiche

192 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-860-6

La bacca di goji è l'ultima stella nel panorama mondiale dei super alimenti: è un potente antiossidante. *Goji* illustra le innumerevoli virtù terapeutiche della super bacca, con utili indicazioni sui diversi tipi di impiego e consigli pratici per la coltivazione.

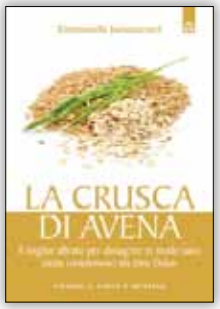
Colette Hervé Pairain e Nadège Pairain

LE INCREDIBILI VIRTÙ DEI SUCCHI VERDI

Ridurre il rischio di ammalarsi aumentando vitalità e salute

128 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-878-1

La soluzione ideale per consumare il fabbisogno giornaliero di minerali, proteine, vitamine, fibre, clorofilla e sostanze nutritive essenziali, unendo gusto e salute e sentendosi immediatamente leggeri e pieni di energia.



Emmanuelle Jumeaucourt

LA CRUSCA D'AVENA

Il miglior alleato per dimagrire in modo sano

Ideale complemento alla dieta Dukan

128 pp. a colori 12 x 17
Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-929-0

Tutte le innumerevoli virtù di questo alimento portato alla ribalta dalla dieta Dukan e una serie di gustose ricette per integrarlo facilmente nella propria alimentazione quotidiana.

Caroline Jones

QUINOA il superalimento

Proprietà nutritive e squisite ricette

144 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-6820-070-1

La quinoa si distingue per l'alto contenuto proteico e la totale assenza di glutine. Si cucina in pochi minuti, dona un senso di sazietà, ha un basso tenore calorico, è povera di grassi e nutre con leggerezza. È anche la risposta ai problemi di intolleranze al glutine e a tante diete iperproteiche.

Diana Rosen

IL LIBRO DEL TÈ VERDE

Informazioni, ricette, storia, tradizioni, segreti e poesia su una pianta meravigliosa

176 pp. - 12 x 17 - Euro 8,90
ISBN 978-88-8093-470-7

Il tè verde è ricchissimo di antiossidanti, dall'azione antitumorale e antinvecchiamento. *Il libro del tè verde* spiega gli innumerevoli modi in cui può essere utilizzato per rilassare la mente e rinvigorire il corpo.

Ben Johnson

I BENEFICI DELL'ACQUA ALCALINA

L'importanza dell'equilibrio acido-basico per la nostra salute

192 pp. - 12 x 17 - Euro 8,90
ISBN 978-88-6820-003-9

L'acqua alcalina ha numerosi effetti benefici sulla nostra salute. È ricca di antiossidanti e minerali, ripristina il naturale equilibrio acido-basico del corpo, contrasta invecchiamento, patologie degenerative e carenze nutrizionali.

Gabriele Zimmermann

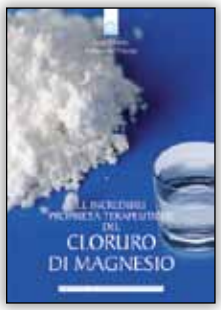
IL POTERE CURATIVO DI ACQUA E SALE

Disintossicazione, depurazione e rigenerazione cellulare

GUIDA PRATICA DALLA A ALLA Z

176 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-637-4

L'acqua e il sale possiedono incredibili proprietà terapeutiche, grazie alle loro proprietà disintossicanti e depurative, efficaci nel combattere moltissimi problemi.



L. Mondo e S. Del Principe

LE INCREDIBILI PROPRIETÀ TERAPEUTICHE DEL CLORURO DI MAGNESIO

160 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-659-6

Il cloruro di magnesio è una soluzione naturale per prevenire e curare moltissimi disturbi e tonificare e depurare l'organismo in modo efficace ed economico, per la bellezza, in cucina, nell'orto, in giardino e per gli animali.

Jean-Marie e Nathalie Delecroix

LE OTTO CURE RIVITALIZZANTI

Per disintossicare l'organismo

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-925-2

Un manuale che descrive tutti i metodi più veloci ed efficaci per rivitalizzare il tuo organismo, eliminando le scorie e ripulendolo in profondità. 8 cure rivitalizzanti a base di frutta e verdura, facili e gustose.

A pagina 49
Le sbalorditive capacità del cervello

NOVITA'

Luisa Tomasetig

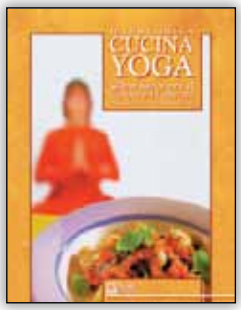
GIOIA VEGAN

Il nuovo benessere in cucina
Con 200 ricette facili e deliziose

224 pp. - illustr. a colori - 17 x 22
Euro 16,90
ISBN 978-88-6820-116-6

Il veganismo sta conoscendo una popolarità sempre crescente, grazie alla sua filosofia che propone un approccio consapevole al cibo, ma anche alle sue ricette sane, deliziose e ricche di fantasia. Luisa Tomasetig ti propone di sperimentare fin da subito un ritrovato benessere in cucina, attraverso piatti gustosi, sani e nel contempo etici, perché privi di ingredienti di origine animale. Ispirato a un'alimentazione equilibrata, nutriente e rivitalizzante, *Gioia vegan* raccoglie le migliori ricette che spaziano tra la cucina tradizionale italiana e i profumi esotici, senza trascurare i piatti veloci. Diventare vegani significa abbracciare una filosofia di vita più rispettosa dell'ambiente e di noi stessi, ma anche divertirsi a "giocare" in cucina tra nuovi sapori e colori, senza dimenticare l'aspetto salutistico. È stato infatti dimostrato che l'alimentazione vegana contribuisce alla prevenzione di malattie quali diabete, ipertensione, problemi cardiaci e tumori.

Altri titoli vegan alle pag. 7, 8 e 9



Centri Sivananda Yoga Vedanta

IL LIBRO DELLA CUCINA YOGA

Cibo sano per il corpo e la mente

160 pp. - 20 x 25 - Euro 14,98
ISBN 978-88-8093-154-6

Un gustoso ricettario per donare pace ed equilibrio alla mente e vitalità e sano nutrimento al corpo, attraverso un'alimentazione vegetariana naturale.

A pagina 42
La cucina ayurvedica

Anna Fata

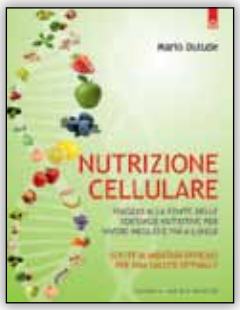
LO ZEN E L'ARTE DI CUCINARE

Come riscoprire il piacere di una cucina consapevole

208 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-714-2

Un nuovo approccio al cibo e al cucinare per scoprire sapori e odori tra i fornelli come nella vita.

Della stessa autrice a pag. 22:
La vita professionale e la pratica meditativa



Mario Dulude

NUTRIZIONE CELLULARE

Viaggio alla fonte delle sostanze nutritive per vivere meglio e più a lungo

Scelte alimentari efficaci per una salute ottimale

272 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-709-8

Un testo che risponde in maniera esauriente a tutte le domande sulla nutrizione del terzo millennio, insegnando a farsi carico del proprio stato di salute attraverso scelte alimentari ben mirate.

NOVITA'

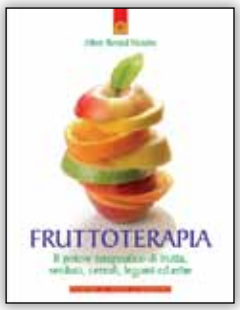
Silvio Sciurba e Luca Speranza

FRUTTALIA

Benessere e salute con buonsenso e semplicità
Come attivare le innate capacità di guarigione del proprio corpo

208 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-123-4

Fruttalia è un sistema completo di cura e prevenzione basato sulle capacità innate del corpo di vivere in perfetta salute, se non viene avvelenato da un'alimentazione inconsapevole. È una vera e propria filosofia di vita che si ispira al celebre sistema di Arnold Ehret, rivisto e ampliato alla luce di nuove esperienze e nuovi studi. L'obiettivo è farti ottenere e mantenere benessere e salute partendo dal giusto approccio alimentare e giungendo a rendere "sani" tutti gli aspetti della tua vita grazie a un'alimentazione consapevole e naturale. Lo sai che i carboidrati "ristagnano" nel corpo sotto forma di muco, che i latticini in realtà impoveriscono di calcio l'organismo, che una dieta sbagliata può farti sentire affaticato, annebbiato, di umore instabile? *Fruttalia* ti spiega che il vero fabbisogno naturale di cibo è rappresentato da frutta e ortaggi freschi e descrive gli straordinari effetti positivi della dieta fruttariana: il cibo crudo cambierà la tua vita in meglio!



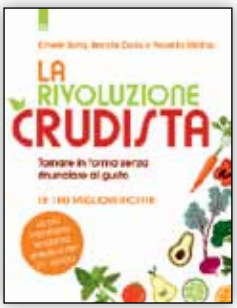
Albert R. Morales

FRUTTOTERAPIA

Il potere terapeutico di frutta, verdura, cereali, legumi ed erbe

224 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-670-1

Una una guida completa alle caratteristiche terapeutiche e nutrizionali e all'uso più efficace di frutta, verdura, legumi, cereali ed erbe, alimenti che consumiamo giornalmente spesso ignorandone le potenti proprietà curative.



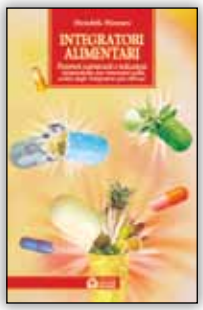
Cherie Soria, Brenda Davis e Vesanto Melina

LA RIVOLUZIONE CRUDISTA

Tornare in forma senza rinunciare al gusto
Le 100 migliori ricette
La più importante tendenza dietetica del 21° secolo

304 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-6820-064-0

Il crudismo (*raw food*) è un rivoluzionario approccio alimentare che sta riscuotendo un successo sempre più ampio grazie ai suoi comprovati benefici per la salute.



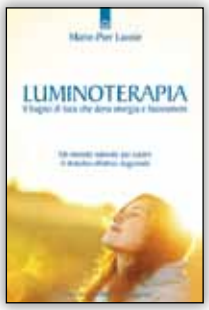
Hendrik Hannes

INTEGRATORI ALIMENTARI

Proprietà nutrizionali e indicazioni terapeutiche per orientarsi nella scelta degli integratori più efficaci

128 pp. - 11 x 17 - Euro 7,75
ISBN 978-88-8093-216-1

Una guida pratica e completa, con la descrizione dei principi attivi che intervengono globalmente su corpo, mente e spirito per bilanciarne le carenze e per mantenerci in buona salute.



Marie-Pier Lavoie

LUMINOTERAPIA

Il bagno di luce che dona energia e buonumore

Un metodo naturale per curare il disturbo affettivo stagionale

128 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-052-7

Ritrovare efficienza e buonumore anche in una grigia giornata invernale non sarà più un miraggio. Con la luminoterapia potrai riconquistare la gioia di vivere.

Jörg Spitz e William B. Grant

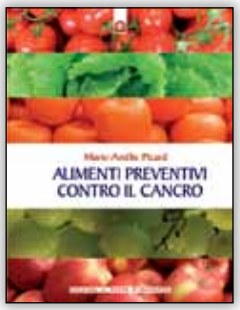
IL SOLE CHE GUARISCE

Le incredibili proprietà terapeutiche della Vitamina D

Un'efficace protezione contro tumori, diabete e malattie cardiache

160 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-967-2

Il sole che guarisce dimostra quanto importante sia per il nostro benessere la luce solare, senza la quale si produce un deficit di vitamina D, necessaria per la regolazione di una serie di processi in tutto il nostro corpo.



Marie-Amélie Picard

ALIMENTI PREVENTIVI CONTRO IL CANCRO

Prefazione di R. Halfon

240 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-625-1

Gli alimenti "anticancro" sono molto ricchi di antiossidanti. Quali sono i cibi particolarmente raccomandati? Un manuale per migliorare l'alimentazione e scegliere gli ingredienti più sani, con una lista di 20 alimenti noti per le loro proprietà antitumorali.

NOVITA'

Ulrich Strunz

IL NUOVO PROGRAMMA ANTICANCRO

Come non dare chance alla malattia e disattivare il gene del tumore

224 pp. - illustr. a colori - 17 x 22
Euro 16,90
ISBN 978-88-6820-127-2

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, in Europa ogni anno si ammalano di cancro 2,5 milioni di persone. Tuttavia, solo il 15% presenta una causa genetica. Il sovrappeso, un'alimentazione scorretta, la nicotina, il moto insufficiente e lo stress psicologico sono diventate vere e proprie "armi di distruzione di massa" troppo spesso trascurate. Tuttavia, i progressi nell'ambito della biochimica, della medicina molecolare e dell'epigenetica sono incoraggianti: i geni del tumore possono essere spenti. Per mettere in scacco la malattia, il dottor Ulrich Strunz propone una strategia innovativa basata su una prevenzione attiva e dinamica che coinvolge diversi aspetti, dall'interrelazione tra cancro e alimentazione all'azione protettiva e inibitoria svolta da alimenti specifici, da un programma di fitness calibrato e salutare al potere della meditazione su cellule e geni.

Mario Chaput

METODI NATURALI PER CURARE ALLERGIE E INTOLLERANZE

208 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-051-0

Allergie e intolleranze non si limitano a esprimersi attraverso sintomi specifici, ma tendono anche ad aggravare malattie quali asma, eczema, artrite, sclerosi multipla e problemi autoimmuni.

Alessandro Targhetta

INTOLLERANZE ALIMENTARI

Le recenti scoperte e la soluzione definitiva

144 pp. - 17 x 22 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-551-3

Un testo pratico sul problema delle intolleranze alimentari alla luce delle scoperte più recenti, per spiegarne i meccanismi, le cause e i modi per risolverle. Un metodo di cura basato su rimedi naturali e su uno stile di vita adeguato, che ha dato risultati sorprendenti.

Marion Kaplan

ALIMENTAZIONE SENZA GLUTINE E LATTICINI

Affrontare le intolleranze alimentari senza rinunciare alla buona tavola

192 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-660-2

Marion Kaplan aiuta a capire quali alimenti possono nuocere alla salute e al benessere, spiegando come riconoscere i cibi da evitare e, soprattutto, come cambiare l'alimentazione.

Scott Rigden e Barbara Schiltz

LA DIETA METABOLICA PER TUTTI

La giusta alimentazione per ogni metabolismo

256 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-862-0

Perché ci sono diete che, seppur valide, non producono alcun risultato? La risposta sta nel metabolismo. Esistono 5 disturbi metabolici in grado di sabotare ogni sforzo per perdere peso. *La dieta metabolica per tutti* li descrive in dettaglio, spiegando come correggerli.

Isabelle Huot e Denis Roy

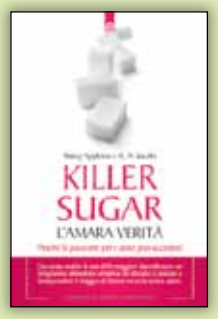
STIMOLARE IL SISTEMA IMMUNITARIO

Gli alimenti chiave per sviluppare le difese personali

192 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-635-0

Alimentandoci in maniera ottimale, forniremo al nostro corpo gli strumenti essenziali per lottare più efficacemente contro le malattie, influenzando positivamente il sistema immunitario.

NANCY APPLETON E G. N. JACOBS



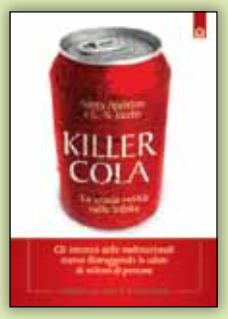
Nancy Appleton e G. N. Jacobs

KILLER SUGAR
L'AMARA VERITÀ

Perché la passione per i dolci può ucciderci

208 pp. - 14 x 21 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-994-8

Un'accurata analisi di una delle maggiori dipendenze e un programma alimentare semplice ed efficace ci aiutano a intraprendere il viaggio di ritorno verso la nostra salute.



Nancy Appleton e G. N. Jacobs

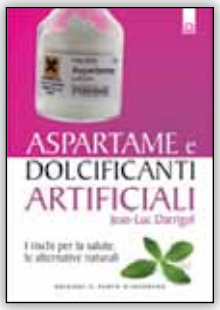
KILLER COLA

La cruda verità sulle bibite

Gli interessi delle multinazionali stanno distruggendo la salute di milioni di persone

160 pp. - 12 x 17 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-964-1

Coraggiosa denuncia dei danni provocati dalle bevande industriali, il cui successo crescente ha richiesto però un prezzo altissimo in termini di salute dei consumatori.



Jean-Luc Darrigol

ASPARTAME E DOLCIFICANTI ARTIFICIALI

I rischi per la salute, le alternative naturali

160 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-937-5

Definito il killer silenzioso, l'aspartame è un prodotto nocivo per la salute, come tutti gli edulcoranti di sintesi (acesulfame K, alitame, neotame, ciclamato) e gli altri dolcificanti polioli (sorbitolo, mannitolo e xilitolo).

W. Sipser e A. Lew

7 COSE CHE IL TUO MEDICO HA DIMENTICATO DI DIRTI

Guida pratica alla salute ottimale

320 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-704-3

Perché trovarsi a curare gravi malattie quando è troppo tardi? Come affrontare problemi cronici? Warren Sipser offre una via pratica ed efficace per assumere il controllo della propria salute: la prevenzione.

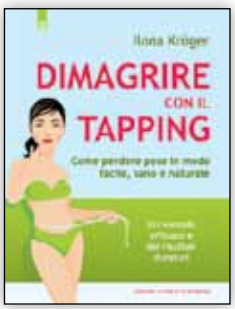
Muriel Levet

I SEGRETI DEI POPOLI CENTENARI

I principi svelati della salute e della longevità

192 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-826-2

La salute e la longevità dei "popoli senza malattie" si basano su facili e utilissime regole di vita sana: semplici accorgimenti pratici (abitudini di salute, alimenti, modi di cucinare) per vivere bene, più sani e più a lungo.



Ilona Kröger

DIMAGRIRE CON IL TAPPING

Un metodo efficace e dai risultati duraturi

176 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
ISBN 978-88-6820-074-9

Da anni provi un intenso desiderio di un particolare alimento che ti fa sentire in colpa ma che non riesci a eliminare? *Dimagrire con il tapping* ti aiuterà a farlo scomparire senza difficoltà e potrai perdere i chili di troppo senza fatica e opprimenti imposizioni.

A pagina 18 e 46 altri titoli di EFT

Andreas Winter

DIMAGRIRE È PIU FACILE CHE INGRASSARE!

10 giorni per cambiare l'approccio con il cibo e riprogrammare il metabolismo

142 pp. - 14 x 21 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-939-9

Un piano di dimagrimento sperimentato con successo da migliaia di persone che dimostra l'assurdità dell'industria delle diete. Con poche ma importanti indicazioni, puoi cambiare le tue sensazioni, il tuo metabolismo e il tuo corpo.

Hervé Pouchol

DIETA DUKAN PRO E CONTRO

Tutto sulla cura dimagrante che ha fatto perdere peso a milioni di persone nel mondo

192 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-852-1

Come funziona la dieta Dukan? Quali sono i suoi punti di forza e i potenziali problemi? Cosa dicono i medici? È davvero in grado di portare tangibili risultati là dove tutte le altre diete hanno fallito?

Marie-Laure Frelut

L'OBESITÀ NEL BAMBINO E NELL'ADOLESCENTE

Le cause del problema e i modi per risolverlo

176 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-445-5

Perché i bambini tendono sempre di più ad accumulare peso in eccesso? Un'opera chiara e completa, con un'interessante serie di casi di bambini obesi che hanno risolto il loro problema.

Annalisa Bettin

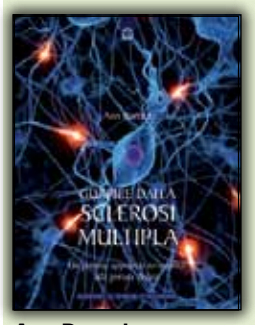
100 RICETTE ANTICELLULITE

128 pp. - 17 x 22 - Euro 8,90
ISBN 978-88-8093-449-3

Un "attacco diretto e mirato" che conduce a una corretta alimentazione, intervenendo sull'unica risorsa che può offrire i risultati più immediati contro la cellulite: il cibo. 100 ricette di facile preparazione per:

- Disintossicarsi
- Prevenire
- Regolare il metabolismo

ANN BOROCH



Ann Boroch

GUARIRE DALLA SCLEROSI MULTIPLA

Un potente approccio terapeutico alla portata di tutti

320 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-663-3

Un innovativo protocollo di trattamento, che sta producendo risultati sorprendenti nei pazienti affetti da sclerosi multipla. Con un'esauriente sezione pratica su come sviluppare il proprio piano di guarigione.

Ann Boroch

LA VERA CAUSA DI MOLTE MALATTIE

Un programma di 90 giorni per sconfiggere la candida e avere una salute di ferro

176 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-675-6

L'eccessivo sviluppo di lieviti e funghi (la cosiddetta candida) rappresenta la vera causa di numerose affezioni. Ann Boroch offre una guida semplice ed efficace per contrastarla: dieta, un programma mirato, utili consigli.

PETRA NEUMAYER E ROSWITHA STARK

Petra Neumayer e Roswitha Stark

GEOMETRIA DELLA GUARIGIONE

I segni di Körbler e la nuova omeopatia

128 pp. - 17 x 22 - ill. - Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-017-6

Uno dei sistemi di guarigione più antichi è costituito dai segni geometrici dipinti sulla pelle. Secondo Körbler, noto precursore viennese della "Teoria dei simboli di guarigione" e padre della "Nuova Omeopatia", gli organismi possono essere influenzati positivamente se vengono esposti a forme e simboli particolari.

NOVITA'

Petra Neumayer e Roswitha Stark

GUARIRE CON I SIMBOLI

Il linguaggio del subconscio e dell'anima in 64 simboli di guarigione

176 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-102-9

Ci sono molti modi in cui puoi utilizzare il potere dei simboli nella vita quotidiana e nel lavoro terapeutico. I simboli sono il linguaggio del subconscio e dell'anima, ed esercitano un potente effetto sul piano spirituale e a livello della guarigione. Anche se la mente non riesce a coglierli o a interpretarli, i simboli trasmettono comunque un chiaro messaggio al subcoscio, innescando processi che portano alla salute e all'armonia. Erich Körbler, precursore viennese della "Teoria dei simboli di guarigione" e padre della "Nuova Omeopatia", sostiene che gli esseri viventi possono essere influenzati positivamente se vengono esposti a forme e simboli particolari. I 64 simboli chiave di guarigione qui presentati comprendono 18 segni di Erich Körbler, 18 simboli della geometria sacra e 28 simboli di guarigione di comprovata efficacia provenienti dalle tradizioni di tutto il mondo. Il significato è illustrato in maniera semplice ed efficace, con testi che facilitano la comprensione intuitiva, permettendo di utilizzare in modo ottimale i simboli e di sfruttarne l'energia di guarigione per la salute e il benessere di tutta la famiglia.

Wighard Strehlow

LA MEDICINA DI SANTA ILDEGARDA

Ricette e consigli per tutti i giorni e per tutta la famiglia

192 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-494-3

Una preziosa guida ai consigli pratici di santa Ildegarda:

- 6 regole auree di vita per poter godere della salute
- Proprietà terapeutiche di alimenti, diete e digiuni
- Oltre 70 ricette originali

Cristiano Tenca

AVERE UN NATUROPATA IN CASA

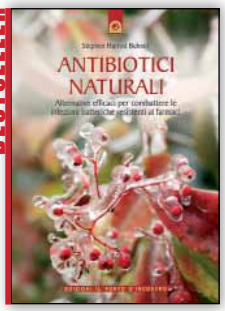
I migliori rimedi naturali per la salute e il benessere di tutta la famiglia

384 pp. - 17 x 22 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-418-9

Cause fisiche e psichiche della malattia, efficaci metodi di prevenzione, cura e nozioni pratiche di geobiologia, bioarchitettura e alimentazione sana ed equilibrata.

Altri titoli di Tenca a pag. 8 e pag. 25

BESTSELLER



Stephen Harrod Buhner

ANTIBIOTICI NATURALI

Alternative efficaci per combattere le infezioni batteriche resistenti ai farmaci

240 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-354-0

Uno dei maggiori esperti di fitoterapia ed erboristeria offre una serie di alternative efficaci e completamente naturali agli antibiotici, con schede dettagliate e modalità d'impiego.

Gérard Edde

LE MIGLIORI PIANTE MEDICINALI

42 erbe per curarsi con l'energia della natura

160 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-6820-066-4

Attingendo a tradizioni millenarie come quella ayurvedica, siberiana, nativa americana e celtica, Gérard Edde descrive il profilo energetico, l'azione terapeutica e le modalità di utilizzo di ciascuna pianta in un'esauriente guida tascabile.

Albert-Claude Quemoun

PRONTO SOCCORSO OMEOPATICO

Rimedi per le urgenze di ogni giorno

144 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-6820-067-1

Una guida preziosa per tutta la famiglia, che dovresti sempre avere in casa, in borsetta o nello zaino, per avere a portata di mano il rimedio giusto per ogni malanno. I rimedi consigliati dimostrano un'efficacia che non ha nulla da invidiare ai classici farmaci d'urgenza, tuttavia senza effetti collaterali.

PIERRE PELLIZZARI

Pierre Pellizzari

CONSIGLI DI BENESSERE ALIMENTARE

Nutrirsi con buonsenso per mantenersi sani e sentirsi in forma

160 pp. - 17 x 22 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-522-3

Come analizzare le nostre abitudini alimentari, trovarne le incoerenze e porvi rimedio. I consigli, ordinati per importanza, sono semplici e alla portata di chiunque. Con suggerimenti, allegati, applicazioni pratiche in cucina e diete alcalinizzanti per una salute ideale.

Pierre Pellizzari

AMARSI NELLA PANCIA

Preziosi consigli, tecniche e massaggi per una disintossicazione integrale

128 pp. - 17 x 22 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-726-5

Gonfiori, stanchezza, problemi di pelle, micosi, cistiti possono essere legati alla cattiva salute del sistema gastrointestinale. *Amarsi nella pancia* ci fornisce una parte pratica illustrata dedicata a disintossicazione, pulizia dell'intestino, massaggi e rimedi.

Pierre Pellizzari

GUARIRE È FACILE, BASTA VOLERLO?

Amarsi nel fisico, nello spirito e nell'inconscio

192 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-590-2

Pierre Pellizzari spiega come si può interagire con la malattia e mostra che, se la persona malata non abbina una crescita spirituale all'intervento sul fisico, se non sconfigge le zavorre dell'inconscio, se non impara ad amarsi, la guarigione sarà provvisoria o rimarrà un miraggio.

BESTSELLER

Pierre Pellizzari

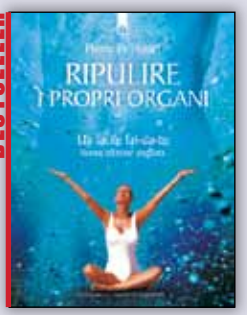
HO PROVATO LA "NUOVA MEDICINA" DEL DOTTOR HAMER

Uno straordinario approccio terapeutico illustrato da numerosi casi clinici

160 pp. - 17 x 22 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-493-6

Un invito a riscoprire le leggi biologiche che regolano tutti gli esseri viventi, guardando il processo della malattia sotto una luce diversa e comprendendo il legame che la unisce ai traumi psicobiologici subiti. Uno stimolo a reagire in modo diverso alle malattie e a capirle meglio.

BESTSELLER



Pierre Pellizzari

RIPULIRE I PROPRI ORGANI

UN FACILE FAI-DA-TE

160 pp. - 17 x 22 - Euro 10,90
illust. - ISBN 978-88-8093-458-5

Inquinamento, stress e abitudini alimentari sbagliate si accumulano nel nostro corpo sotto forma di tossine e parassiti che si traducono in seguito in una lunga serie di disturbi fisici, dei quali diventa poi difficile rintracciare le cause. Pellizzari insegna a ripulire i vari organi con metodi semplici, chiari e poco costosi.

Giselle Roeder

PIÙ GIOVANI E IN FORMA CON IL METODO KNEIPP

I benefici dell'idroterapia a casa tua

128 pp. - 12 x 17 - illustrato a colori
Euro 9,90
ISBN 978-88-6820-072-5

L'idroterapia del metodo Kneipp offre tecniche facili ed efficaci da utilizzare in tutta sicurezza a casa tua per ottenere un benessere psicofisico profondo e duraturo. Con strumenti che usi tutti i giorni e semplici procedure come getti d'acqua calda e fredda, bagni, frizioni, compresse e impacchi, l'idroterapia Kneipp ti consente di ottenere nella comodità della tua abitazione numerosi benefici per la salute e risolvere in tutta naturalezza problemi quali cattiva circolazione sanguigna, disturbi cardiaci, mal di testa, raffreddore, influenza e febbre, reumatismi e artrite, problemi digestivi, insonnia, disfunzioni sessuali, stress ecc. Inoltre, ricette semplici, sane e gustose, in accordo con i principi delle cure Kneipp, ti aiutano ad abbracciare uno stile di vita più sano e a potenziare i benefici dell'idroterapia grazie a un modo di alimentarsi in armonia con le leggi della natura.

Alejandro Junger

CLEAN

Depurare, rigenerare, ringiovanire

Tre settimane per rinnovare completamente il tuo organismo

320 pp. - 17 x 22 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-893-4

Un programma semplice da seguire, che ti permette in poco tempo di liberare l'organismo dalle tossine, perdere peso, restaurare un ottimale livello energetico e sperimentare chiaramente che cosa significa sentirti bene!

Lukas Heidn

LA SALUTE DEL FEGATO

Chiave di una salute globale

176 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-543-8

Una guida pratica tra le più complete per depurare il fegato e beneficiare di una rinnovata vitalità. Le regole alimentari da seguire per avere un fegato sano e una serie di efficaci metodi naturali per rigenerarlo.

Gisèle Frenette

INTESTINO SANO

Consigli alimentari e fitoterapici per curare i disturbi intestinali più comuni

160 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-649-7

Gisèle Frenette illustra il processo digestivo e descrive varie malattie collegate all'intestino, le cause e le possibili conseguenze delle affezioni intestinali, con soluzioni alimentari e fitoterapiche come strumento per ritrovare la salute.

ROGER MASON

NOVITÀ

Roger Mason

ABBASSARE IL COLESTEROLO SENZA FARMACI

Metodi naturali per curare l'ipercolesterolemia

144 pp. - 14 x 21
Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-136-4

L'ipercolesterolemia non è solo una condizione diffusa su scala mondiale; è anche la principale causa di malattie cardiovascolari. La soluzione della scienza medica è stata quella di "imbottirci" di farmaci – le statine – che sono attualmente oggetto di accese discussioni a causa dei loro pesanti e pericolosi effetti collaterali. *Abbassare il colesterolo senza farmaci* ti insegna a prenderti cura della tua salute cardiovascolare intervenendo in maniera naturale sul colesterolo cattivo (LDL), senza il ricorso a medicinali che rischiano di compromettere la qualità di vita. Una dieta fatta di alimenti sani, cereali integrali e grassi buoni è l'unico modo per ridurre i grassi nel sangue e mantenere il cuore in salute. *Abbassare il colesterolo senza farmaci* propone valide soluzioni alternative che chiunque è in grado di mettere in pratica, senza essere costretto a mettere la propria salute nelle mani di altri.

NOVITÀ

Roger Mason

CURARE L'IPERTENSIONE SENZA FARMACI

Metodi naturali per ridurre la pressione sanguigna

144 pp. - 14 x 21
Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-146-3

Le cardiopatie sono il killer n. 1 al mondo e l'ipertensione ne rappresenta il campanello d'allarme. *Curare l'ipertensione senza farmaci* presenta una serie di soluzioni che chiunque può mettere in pratica personalmente e senza rischi per riuscire a tenere sotto controllo la pressione arteriosa e garantirsi così una vita più lunga e sana. Un'elevata pressione arteriosa viene generalmente fissata a 140/90, con valori di 120/80 considerati preipertensivi. L'ipertensione provoca ictus, infarto e problemi cardiaci. I farmaci aiutano e in alcuni casi possono salvare una vita, ma presentano effetti collaterali pericolosi e pesanti. *Curare l'ipertensione senza farmaci* dimostra che è possibile ridurre la propria pressione e prevenire gravi malattie con soluzioni del tutto naturali e prive di effetti collaterali nocivi:
• Dieta sana e gustosa • Pochi grassi, tanti cereali integrali • Integratori: minerali e omega-3 • Equilibrio ormonale • Attività fisica • Controllo dello stress

NOVITÀ

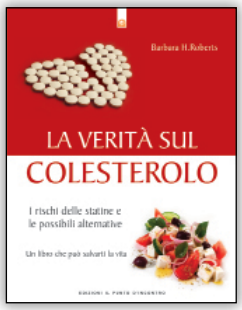
Roger Mason

CURARE LA PROSTATA SENZA FARMACI

Metodi naturali per una prostata sana

160 pp. - 14 x 21
Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-148-7

Difficoltà a urinare, incapacità di vuotare completamente la vescica, dolore durante la minzione e difficoltà di erezione rappresentano comuni sintomi di un problema alla prostata. Basato su oltre quarant'anni di ricerche scientifiche e mediche, *Curare la prostata senza farmaci* propone un approccio alternativo a soluzioni chirurgiche e farmacologiche, che spesso si dimostrano nefaste. L'ipertrofia prostatica è una condizione molto diffusa sopra i cinquant'anni, che può portare a gravi problemi di salute. Le patologie prostatiche vengono tradizionalmente "curate" con intervento chirurgico, radioterapia, chemioterapia e persino con la castrazione. Trattare i sintomi e non le cause però implica conseguenze debilitanti per la vita dell'uomo, tra cui incontinenza e impotenza. E la cosa peggiore è che la vera causa del problema non viene toccata. *Curare la prostata senza farmaci* offre una soluzione efficace e importantissima: l'alimentazione.



Barbara H. Roberts
Direttrice del Women's Cardiac Center di Rhode Island

LA VERITÀ SUL COLESTEROLO

I rischi delle statine e le possibili alternative

Un libro che può salvarti la vita

208 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-992-4

Una guida pratica e completa con valide alternative, incluso un efficace regime alimentare.
Alti livelli di colesterolo vengono solitamente trattati con l'assunzione regolare di medicinali chiamati statine, la cui diffusione è ormai enorme. I medici le presentano come indispensabili, ma lo sono davvero? Specialista in cardiologia e direttrice del Women's Cardiac Center di Rhode Island, la dottoressa Barbara Roberts esamina sia i benefici sia i rischi per la salute.

B. Brun e L. Pavan

LA MENOPAUSA NON È UNA MALATTIA

Consigli e rimedi naturali per una scelta consapevole

192 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-507-0

Marie Gendron

PERCHÉ ALZHEIMER

Segni premonitori, sintomi, diagnosi, trattamento e prevenzione

320 pp. - 17 x 22 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-692-3

Blake H. Tearnan

DOLORE CRONICO

Come impedire che controlli la tua vita
10 SEMPLICI SOLUZIONI

160 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-645-9

Carol Hart

I SEGRETI DELLA SEROTONINA

L'ormone naturale che fa aumentare il buon umore, riduce il dolore e limita gli eccessi di cibo e di alcool

256 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-694-7

Molti assumono antidepressivi per compensare bassi livelli di serotonina, ma basterebbe apportare i giusti cambiamenti alla dieta e allo stile di vita per modificare l'umore.

Lise Manson

S.O.S. EMICRANIA

Le soluzioni esistono

160 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-716-6

Un libro che descrive le possibili origini dell'emicrania e i modi diversi in cui si manifesta, che fornisce elementi per distinguerla dalla cefalea o dalla nevralgia, sfatando i numerosi luoghi comuni sul "mal di testa" e che offre indicazioni pratiche sui rimedi disponibili.

Philippe Gaston Besson

SONO STANCO, MA NON SO PERCHÉ...!

Come affrontare la stanchezza cronica

160 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-631-2

Un'indagine approfondita sulle cause potenziali della stanchezza cronica. Con numerosi test di autovalutazione e una serie di utili consigli per risolvere il problema.

Nerina Ramlakhan

NOTTI IN BIANCO ADDIO

Come superare i disturbi del sonno e dormire meglio

264 pp. - 14 x 21,5 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-850-7

I problemi legati alla difficoltà ad addormentarsi, ai risvegli notturni o anticipati al mattino sono divenuti ormai universali. L'autrice propone una serie di efficaci metodi per superarli, ritrovando così i propri ritmi e la propria serenità.
Come riconquistare un sonno davvero ristoratore, un sonno profondo, rilassante ed energizzante? Quali sono gli alleati di questo sonno? *Notti in bianco addio!* risponde a queste domande insegnandoci a:

- Capire i meccanismi del sonno
- Conoscere le varie cause che alterano il sonno, esterne (alcol, caffeina) o interne (incubi, problemi respiratori, bruxismo ecc.)
- Riacquistare le energie con una sana dormita
- Scegliere l'alimentazione adatta al proprio corpo
- Entrare in uno stato di rilassamento
- Dormire ovunque capiti, anche in albergo!

Pamela Hirsch

VIAGGIARE BENE CON LE MEDICINE NATURALI

Cosa mettere in valigia per viaggiare sani e sicuri

200 pp. - 11 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-393-9

Un insostituibile compagno per garantire viaggi più piacevoli e sicuri. Con numerosi consigli pratici per un kit da viaggio leggero ma ben fornito, per affrontare tutti i piccoli inconvenienti che capitano fuori casa.

Sabine Gstöttenmayer

PIÙ NATURA IN CASA

L'ambiente domestico ieri e oggi - Manuale pratico per tutta la famiglia - Consigli, ricette, tradizioni

192 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-500-1

Le problematiche relative alla gestione di una casa da un punto di vista naturale e salutare, con ricette e consigli pratici per favorire una vita domestica nel rispetto della salute di tutta la famiglia.

Karyn Siegel-Maier

CASA PULITA NATURALMENTE

101 ricette facili, sicure, non inquinanti per l'igiene della vostra casa

192 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-440-0

I prodotti chimici per la pulizia sono una fonte di inquinamento per l'ambiente e di danni alla salute, ma pulire la casa con sostanze totalmente naturali, sane e con un elevato potere igenizzante è possibile!

Rachel Frély

INGREDIENTI PERICOLOSI

Guida ai veleni della vita quotidiana

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-6820-009-1

Nei paesi industrializzati sono di uso comune più di 72.000 sostanze tossiche presenti in casa, in giardino, nei campi, persino negli alimenti, negli indumenti, nei giocattoli e nei prodotti che usiamo paradossalmente per il nostro "benessere".
Pesticidi, diserbanti, additivi, edulcoranti di sintesi, diossina, ftalati, formaldeide, cloro, solventi, benzene e molti altri veleni esercitano sulla salute e sull'ambiente un impatto devastante. Il pesante tributo lo paghiamo con un numero crescente di casi di allergie, patologie respiratorie tra cui l'asma infantile, malattie degenerative e tumori. Rachel Frély svela i retroscena, informa e insegna a leggere l'etichetta dei prodotti che usiamo e consumiamo nella quotidianità e ci aiuta a compiere scelte consapevoli, perché vivere senza veleni è possibile. Il taglio pragmatico e la semplicità di utilizzo fanno di questo manuale un valido strumento nella scelta di uno stile di vita sano ed ecologico.

Cyrille Saura Zellweger

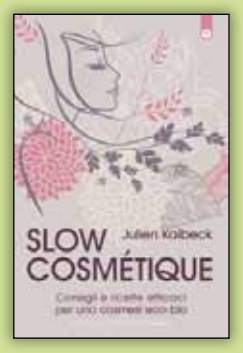
FARE I COSMETICI NATURALI È FACILE

100 ricette per lei e per lui

192 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-817-0

I cosmetici fatti in casa sono estremamente efficaci e prepararli è facile e divertente. Utilizzando prodotti freschi e materie prime non raffinate, otterrai preparati di altissima qualità e a prezzi molto convenienti!

NOVITA'



Julien Kaibeck

SLOW COSMÉTIQUE

Consigli e ricette efficaci per una cosmesi eco-bio

256 pp. 14 x 21 - illustrato
Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-114-2

Sei davvero convinta che acquistare quel particolare prodotto cosmetico abbia a che fare con il tuo valore? Creme da giorno, creme da notte, creme antirughe dagli effetti miracolosi su una pelle già segnata, shampoo che promettono chiome degne di una dea… *Slow Cosmétique* ti spiega come liberarti dai condizionamenti della pubblicità, per rivolgerti a una cosmesi più efficace e al tempo stesso più etica. La Slow Cosmétique è un movimento che nasce per sensibilizzare i consumatori all'uso della cosmesi, indirizzandoli verso un approccio più appagante, consapevole e accorto dei prodotti. Riducendo il numero dei cosmetici che usi e imparando a leggerne con cura l'etichetta farai del bene non solo alla tua pelle, che ti ripagherà con una freschezza e una radiosità impagabili, ma anche al pianeta.

NOVITA'

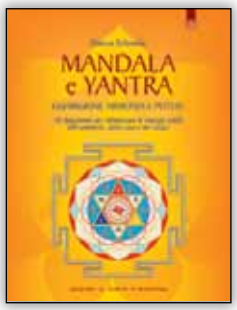
Fabrizio Fantini

CAPELLI SANI

Rimedi efficaci contro la fragilità e la caduta dei capelli

175 pp. illustrato - 14 x 21
Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-112-8

In Italia 10 milioni di persone perdono i capelli. Tra questi, 2 milioni sono donne. *Capelli sani* ti aiuta a capire se hai una predisposizione alla calvizie o se sei vittima di una semplice perdita di capelli temporanea, indicandoti le strategie più efficaci per contrastare e sconfiggere la calvizie comune e il telogen effluvium. Quali esami devi fare? Quali sono i parametri più importanti da analizzare? La calvizie si può affrontare e risolvere, con metodo e costanza. Nel percorso anticalvizie scoprirai quali farmaci sono più efficaci e quali gli effetti collaterali, in cosa consiste veramente l'autotrapianto di capelli e la nuova tecnica FUE. Potrai approfondire al meglio le terapie naturali a disposizione, dalle sostanze fitoterapiche al massaggio del cuoio capelluto, fino all'utilizzo del laser terapeutico.



Marcus Schmieke

MANDALA E YANTRA

Guarigione, armonia e potere

152 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
Illustrato a colori
ISBN 978-88-8093-283-3

Gli yantra aiutano ad armonizzare le energie dell'ambiente, la salute e la consapevolezza. I mandala rappresentano particolari energie sottili che esercitano la loro azione sull'ambiente circostante e mettono le persone che li osservano sotto il benefico influsso delle forze che rappresentano.

Brooks Palmer

COME LIBERARSI DAL SUPERFLUO E VIVERE FELICI

Lascia fluire nuove energie eliminando il disordine e le vecchie cose inutilizzate

224 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-854-5

Un manuale per lasciare andare il passato e tutto ciò che ci "tira indietro" per creare finalmente i presupposti per nuove energie, nuove opportunità, una chiara visione della vita e delle relazioni. Funziona: "fare spazio" all'esterno permette di farlo anche all'interno!

BESTSELLER

M. Gilligham-Ryan

APARTMENT THERAPY

Come portare equilibrio, salute e benessere nei propri spazi

224 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-687-9

Un programma in otto settimane grazie al quale potrai:

- Rendere sana e positiva la tua casa
- Creare un ambiente ben organizzato e piacevole
- Sviluppare e mantenere buone abitudini domestiche

Lilian Too

SPACE CLEARING

Tecniche feng shui per eliminare il disordine fisico ed emozionale dalla nostra casa

160 pp. - 19,5 x 23,5
Illustr. a colori - Euro 16,90
ISBN 978-88-8093-701-2

Lo Space Clearing è l'arte di eliminare il disordine e il superfluo dalla casa e dalla vita. Ripulire il disordine usando i principi tradizionali del feng shui crea un effetto rigenerante e un ambiente confortevole.

BESTSELLER

Wu Xing

IL MANUALE DEL FENG SHUI

Analisi dettagliata di ogni ambiente

144 pp. - 17 x 22 - Illustrato a 2 colori - Euro 12,00
ISBN 978-88-8093-173-7

Un gruppo di esperti di feng shui ci accompagna attraverso ogni ambiente con preziosi consigli per migliorare il fluire del Qi e ristabilire l'armonia nei luoghi in cui viviamo e lavoriamo.

Alexander Toskar

RIALLINEAMENTO SPIRITUALE

Nuove dimensioni della guarigione spirituale secondo il guaritore russo Pjotr Elkunoviz

176 pp. - 14 x 21 - Euro 11,90
ISBN 978-88-6820-028-2

Pensieri e credenze, negatività e atteggiamenti sbagliati si manifestano sia a livello cosciente sia nel subconscio, alterando l'equilibrio della tua vita e generando blocchi energetici capaci di riflettersi in spostamenti e torsioni della colonna vertebrale, che a sua volta diventa una mappa delle tue disarmonie. Il "riallineamento spirituale" ti offre un metodo di guarigione energetica che agisce in maniera profonda. Tramite un raddrizzamento della spina dorsale, mette in atto una vera e propria correzione del disallineamento spirituale, con delicatezza e precisione, senza contatto fisico. L'energia risanatrice penetra nel corpo, con un effetto terapeutico travolgente che va oltre la semplice guarigione fisica. Una selezione di facili esercizi tratti dai molti anni di esperienza di Alexander Toskar ti consente di mettere in pratica le leggi spirituali fondamentali della guarigione.

S. Hochschuler e B. Reznik

CURARE LA SCHIENA SENZA CHIRURGIA

Le migliori alternative non chirurgiche per eliminare i dolori dorsali e cervicali

240 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-539-1

Collaudati esercizi e tecniche terapeutiche per alleviare il dolore e prevenirne la ricomparsa.

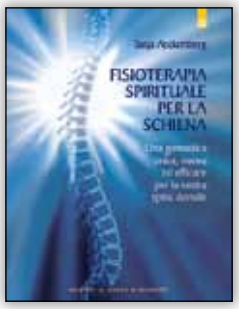
Stella Weller

YOGA PER LA SCHIENA

La via dolce ed efficace alla salute vertebrale

208 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-336-6

Un corso di yoga semplice ed essenziale rafforza e rilassa la schiena con uno stretching graduale. Facili istruzioni per evitare le cause del mal di schiena. Indicazioni pratiche su come sedersi, stare in piedi, alzarsi e sdraiarsi senza dolori o stress per la schiena.



Tanja Aeckersberg

FISIOTERAPIA SPIRITUALE PER LA SCHIENA

Una ginnastica unica e nuova per la spina dorsale

160 pp. - 17 x 22 - illustrato
Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-662-6

Una straordinaria e innovativa ginnastica spirituale per la spina dorsale. Basandosi su un approccio olistico-spirituale, Tanja Aeckersberg illustra una efficace terapia che permette di guarire da disturbi alla schiena di ogni genere.

Richard Gordon

QUANTUM TOUCH

Il tocco che guarisce
MANUALE PRATICO

Tecniche di respirazione, imposizione delle mani e focalizzazione dell'energia nel corpo

224 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-844-6

Attraverso tecniche di focalizzazione dell'energia nel corpo, è possibile innalzare i livelli energetici al punto da produrre spontaneamente correzioni posturali.

Gianna Tomlianovich

LO STRETCHING DEI MERIDIANI

Liberare l'energia vitale per il benessere psicofisico

240 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-464-6

Un'innovativa tecnica, efficace, piacevole e adatta a tutti, che consente di lavorare da soli sui propri squilibri energetici, per raggiungere il benessere psicofisico e favorire la crescita spirituale.

Dominique Boulanger

GLI ELISIR DEI MINERALI

Le incredibili proprietà terapeutiche delle diluizioni minerali

160 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
Illustrato a colori
ISBN 978-88-8093-536-0

Gli elisir dei minerali agiscono sul piano fisico, emozionale e spirituale. Un manuale pratico, frutto di lunghe ricerche e sperimentazioni, permette di addentrarsi nel mondo dei minerali, di comprenderne le proprietà terapeutiche e di utilizzarli sotto forma di elisir.

Coen van der Kroon

LA FONTANA D'ORO

Guida completa all'urinoterapia

192 pp. - 17 x 22 - Euro 13,95
ISBN 978-88-8093-057-0

Una raccolta di notizie sull'antica pratica dell'urinoterapia, dalle tradizioni popolari di Oriente e Occidente alle moderne ricerche scientifiche, con testimonianze di terapeuti e storie personali di pazienti, nonché un'ampia gamma di efficaci applicazioni terapeutiche.

Mark J. Plotkin

LE MEDICINE DELLA FORESTA

Alla ricerca dei segreti curativi della natura

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 13,94
ISBN 978-88-8093-278-9

Il futuro della medicina è nella collaborazione tra scoperte scientifiche e risorse naturali. Un mosaico di medicina, ecologia, etnobotanica, storia, esplorazione e avventura, alla ricerca dei segreti di guarigione della natura.

LUCA FORTUNA

JEAN-PIERRE WILLEM

Rodolphe Balz

IL POTERE CURATIVO DEGLI OLI ESSENZIALI

256 pp. - 17 x 22 - Euro 13,00
ISBN 978-88-8093-160-7

Un manuale pratico che svela effetti e applicazioni di 248 oli essenziali in grado di donare salute, forma fisica e benessere in un'infinita varietà di possibilità per la rigenerazione e il rinvigorimento, oltre a una vasta gamma di applicazioni per la prevenzione e la terapia.

Luca Fortuna

7 OLI VERAMENTE ESSENZIALI

Per la salute, la bellezza e il benessere

224 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-603-9

Con schede dettagliate, ricette e un valido prontuario come guida all'impiego di 7 oli essenziali che non dovrebbero mai mancare per combattere infezioni, disintossicare, migliorare le funzioni fisiologiche, proteggere la pelle.

Luca Fortuna

OMEGA 3-6-9

Le chiavi per la salute, la bellezza e il benessere

Difesa biologica e attività antiossidante per proteggersi dalle malattie e migliorare lo stato di salute

128 pp. - 17 x 22 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-541-4

Fonti e virtù di queste sostanze, tra cui: la crescita, il benessere della pelle, attenuare reazioni infiammatorie e il dolore.

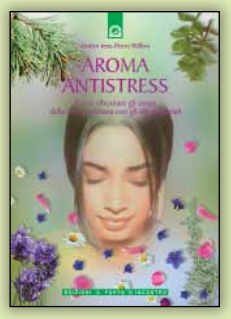
Jean-Pierre Willem

AROMA ANTIALLERGIE

180 allergie trattate con gli oli essenziali

192 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-589-6

Per far fronte ad allergie e intolleranze, sempre più numerose, l'aromaterapia e l'omeopatia offrono una soluzione completamente naturale. Per ciascuna allergia o sintomo si troveranno soluzioni su misura e di facile impiego, grazie agli oli essenziali.



Jean-Pierre Willem

AROMA ANTISTRESS

Come affrontare gli stress della vita quotidiana con gli oli essenziali

160 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-506-3

Una valida ed efficace cura naturale per i 50 motivi di stress più frequenti. Poche gocce e qualche giorno di trattamento sono sufficienti per ritrovare calma e buon umore, e migliorare le relazioni con gli altri.

MANUELA NARCISI

Manuela Narcisi

ERBE PER L'ANIMA

Guarigione emotiva e benessere psicofisico

160 pp. - 17 x 22 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-367-0

Un viaggio alla scoperta dell'uso tradizionale delle piante officinali per liberarci da ansia, depressione, nervosismo e rabbia, per aprire il cuore e la mente all'armonia, al benessere e alla pace. Corredata da numerose schede di piante per la cura dell'anima, con la descrizione degli effetti e delle modalità di preparazione e assunzione.

Manuela Narcisi

FIORI HIMALAYANI E FIORI DI BACH

Applicazioni pratiche di floriterapia

144 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-083-9

I fiori himalayani non agiscono come i fiori di Bach: più che rimuovere tendenze negative, stimolano energie insite nell'organismo a livello psicofisico. Uno studio inedito, con la descrizione completa dei nuovi fiori, dei loro collegamenti con i cinque elementi, dei loro effetti sull'organismo, su determinate patologie e sui chakra.

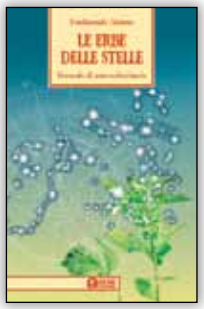
Anna Maria Ghion e Manuela Narcisi

FIORI DI BACH E ASTROLOGIA

I mandala della psiche

224 pp. - 17 x 22 - Euro 11,88
ISBN 978-88-8093-191-1

Una inedita comparazione tra i mandala zodiacali e floreali consente di arrivare con maggiore rapidità alla scelta dei Fiori di Bach adatti a ciascuno di noi in relazione alla situazione astrologica personale.



Ferdinando Alaimo

LE ERBE DELLE STELLE

Manuale di astro-erboristeria

208 pp. - 11 x 17 - Euro 7,75
ISBN 978-88-8093-231-4

Per ciascun segno zodiacale sono descritte in dettaglio le piante medicinali "alleate", corredata da utili indicazioni, proprietà terapeutiche, considerazioni psicologiche e archetipiche. Le piante possono insegnarci a vivere sani e felici in ogni stagione.

Marcia Starck

GUARIRE CON L'ASTROLOGIA

Corrispondenze astrologiche e sistemi di cura naturali

256 pp. - 17 x 22 - Euro 13,94
ISBN 978-88-8093-177-5

Un manuale completo che consente di portare equilibrio ed energia nella vita di tutti i giorni, utilizzando le corrispondenze tra l'oroscopo personale e un'ampia gamma di sistemi di cura naturali.

Francesco Varricchio

SMETTERE DI FUMARE

Con il metodo "Resap"

288 pp. - 12 x 17 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-868-2

Chi fuma, soprattutto se da molti anni, conosce bene la frustrazione che nasce dal veder "andare in fumo" tutti gli sforzi per cercare di smettere. E quasi sempre va a finire così. Il motivo? La maggior parte dei sistemi fa leva sulla forza di volontà... Adottare controvoglia dei nuovi comportamenti richiede molte energie mentali e genera forte stress, che può spingere anche la persona più caparbia a cedere. *Smettere di fumare* offre una serie di tecniche di decondizionamento mentale basate sulla PNL (programmazione neurolinguistica), per abbandonare il vizio del fumo e disassuefarsi dalla nicotina con il metodo "Respiro solo aria pura", che consente di sviluppare un atteggiamento diverso nei confronti della sigaretta, indirizzando la mente al piacere di riconquistare una salute e una forma fisica migliori.

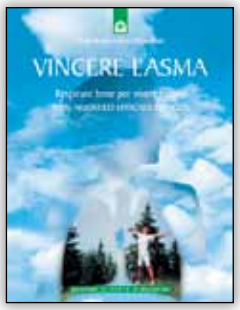
Raimondo Carlin

COME IN 2 SOLE SETTIMANE SONO SCESO DA 50 A 0 SIGARETTE AL GIORNO

Un metodo facile ed economico per smettere di fumare

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-633-6

Un metodo economico e naturale, ma che, soprattutto, funziona: vince la nicotina non combattendola, ma alleandosi con essa con l'obiettivo finale di sconfiggerla.



Dinah Bradley e Tania Clifton-Smith

VINCERE L'ASMA

Respirare bene per vivere meglio con nuovi ed efficaci esercizi

128 pp. - 17 x 22 - Euro 8,90
ISBN 978-88-8093-436-3

Vincere l'asma offre un approccio pratico al problema dell'asma e a tutti i disturbi correlati, attraverso una serie di innovative tecniche di respirazione per respirare sempre in modo efficace e adottare posture e movimenti salutari.

Sergio Salati

REBIRTHING

Il respiro consapevole

160 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-372-4

Il Rebirthing è un'ottima terapia che attraverso la liberazione del respiro sblocca energie e traumi anche molto profondi, dona serenità, amore per la vita, fiducia in se stessi e benessere psicofisico, rafforza il sistema nervoso e immunitario, migliora la vita personale e professionale.

Alessandro Germani

LA RESPIRAZIONE DINAMICA

Esercizi per il corpo e la mente

168 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-523-0

La respirazione dinamica è un sistema terapeutico derivato dallo yoga capace di promuovere un autentico fenomeno di autoguarigione, per raggiungere una perfetta armonia tra corpo e mente e ottenere risultati sorprendenti, progressivi e duraturi.

R. Pearson e S. Bortolussi

MASSAGGIO PSICOCORPOREO PER LA DONNA

Dalla gravidanza alla menopausa

176 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
illust. - ISBN 978-88-8093-457-8

Un'occasione di dialogo con il proprio corpo nelle fasi della gravidanza, del parto, del puerperio, dell'allattamento e della menopausa. Un massaggio che è sia salutare che evolutivo.

Kundan e Narendra Metha

MASSAGGIO ANTIRUGHE

Ringiovanire e rassodare la pelle

192 pp. - 17 x 22 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-485-1

Un trattamento rivoluzionario non chirurgico per distendere le rughe già esistenti e rallentare l'invecchiamento.

Luciano M. Cavalieri

CROMOTERAPIA, CROMOESTETICA E FOTOTERAPIA

L'impiego della luce per la salute del corpo e della mente

120 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-564-3

Trattamento di disturbi comuni, controllo dello stress, migliore umore, antidepressivo, maggiore vigilanza, capacità di concentrazione, tempi di reazione più rapidi, minor frequenza di errori, benessere generale.

Adalberto Peroni

MASSAGGIO FOTOCROMATICO

Un metodo innovativo per ritrovare equilibrio energetico e psicofisico utilizzando la benefica azione dei colori e della luce

144 pp. - 17 x 22 - Euro 9,90
Illustrato
ISBN 978-88-8093-552-0

Il massaggio fotocromatico trae origine da antiche tecniche tradizionali indiane e cinesi, dal moderno massaggio californiano e dall'uso della cromoterapia, una miscela che esalta le qualità terapeutiche di queste discipline.

NUOVA EDIZIONE AMPLIATA

Suren Shrestha

GUARIRE CON LE CAMPANE TIBETANE

160 pp. - 14 x 21 - Illustrato
Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-154-8

Negli ultimi anni l'uso terapeutico delle campane tibetane è diventato sempre più popolare in Occidente, grazie anche alla medicina convenzionale, che ne ha riconosciuto il valore in situazioni di disagio psichico. *Guarire con le campane tibetane* è un testo pratico ed esauriente che permette di conoscere a fondo l'antica tecnica di guarigione basata su suono e vibrazione. Se vengono fatte vibrare in un determinato modo, le campane tibetane producono infatti un profondo rilassamento che permette di ritrovare la sintonia con il naturale stato di salute e benessere. La loro azione si esplica a livello sottile e attiva il processo di guarigione nelle cellule del corpo. Gli effetti prodotti dal suono delle campane tibetane sono molteplici e vanno dal sollievo in condizioni di stress all'attenuazione degli effetti collaterali della chemioterapia, come pure la riduzione del dolore, della stanchezza e della depressione.

Philippe Barraqué

LA VOCE CHE GUARISCE

Tecniche di guarigione con le terapie vocali

192 pp. - 17 x 22 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-198-0

Le vibrazioni della voce sono corpi che si inscrivono nel nostro organismo, ed è possibile servirsene come strumento di armonizzazione e di guarigione. Grazie al potere della voce, possiamo liberare il nostro potenziale, ritrovando dinamismo e salute.

A pagina 26 altri libri di Barraqué

Roberto Laneri

LA VOCE DELL'ARCOBALENO

Origini, tecniche e applicazioni pratiche del canto armonico

288 pp. - 17 x 22 - Euro 14,00
ISBN 978-88-8093-261-1

Il canto armonico consente di produrre particolari vibrazioni sonore di elevato potere. È stato riscoperto recentemente da un numero crescente di persone che lo praticano per il proprio benessere e la propria elevazione spirituale.

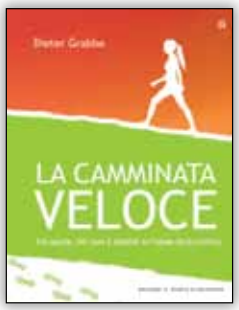
Luca Vignali

L'ARTE DI GUARIRE CON LA MUSICA

Proprietà terapeutiche dei suoni nella vita quotidiana

128 pp. - 14 x 21 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-909-2

I suoni esercitano un loro potere specifico sull'umore, le tensioni, la postura, la gestualità e il benessere delle persone. Un manuale che, passo dopo passo, con l'ausilio di alcuni esercizi pratici, consente di sperimentare l'utilizzo dei suoni nel processo di guarigione.



Dieter Grabbe

LA CAMMINATA VELOCE

Più magri, più sani e sempre in forma senza fatica

128 pp. - 17 x 22 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-864-4

La camminata veloce è un ottimo modo di allenarsi, bruciando calorie senza sfinirsi e in maniera assolutamente sicura! Se svolta con regolarità, rappresenta un toccasana per la linea e la salute, perché permette di perdere peso e irrobustire il cuore senza i rischi della corsa. Tonifica tutto il corpo, in particolare gambe e glutei; allena l'apparato cardio-respiratorio; combatte il colesterolo e l'ipertensione; allevia le tensioni e aiuta a eliminare lo stress. Anche i sedentari cronici non avranno più scuse: la camminata veloce è uno sport efficace, piacevole e divertente!

- Il corretto programma di allenamento
- L'alimentazione da seguire per perdere peso
- Riscaldamento e rilassamento
- Le varianti della camminata
- Gli aspetti psicologici e motivazionali

W. Luijpers e R. Nagiller

LA CORSA DOLCE

Secondo il metodo Feldenkrais: correre sciolti, respirare bene, vivere meglio

144 pp. - 17 x 22 - Euro 12,00
ISBN 978-88-8093-302-1

La corsa dolce si basa sulle conoscenze che M. Feldenkrais ha ricavato dalla gestualità dell'uomo. Si tratta di "una corsa pigra", perfetta per chi vuole mantenersi in forma senza sottoporsi a sforzi estenuanti!

Jonathan Goldman

IL POTERE DI GUARIGIONE DEI SUONI

Come utilizzare le armoniche vocali per creare equilibrio, armonia e salute

176 pp. - 17 x 22 - Euro 13,00
ISBN 978-88-8093-084-6

Esaminando gli armonici da un punto di vista scientifico e prendendo in considerazione le diverse tradizioni spirituali, Jonathan Goldman ci spiega come trarre beneficio dal loro potere. Grazie a semplici istruzioni e a chiare illustrazioni, possiamo apprendere la corretta esecuzione degli ipertoni, sperimentandone il profondo potere di trasformazione. Ogni suono esercita su di noi un'azione a livello fisico, emotivo, mentale e spirituale, con effetti a volte sorprendenti. Gli armonici sono i suoni più puri e influiscono sulle persone e sull'ambiente a livello vibrazionale, dando l'avvio a un processo di trasformazione e guarigione capace di apportare equilibrio, armonia e salute nella vita di tutti i giorni.

Subhash Ranade

TRATTATO DI MEDICINA AYURVEDICA

Guida pratica alla salute e alla longevità

256 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-018-1

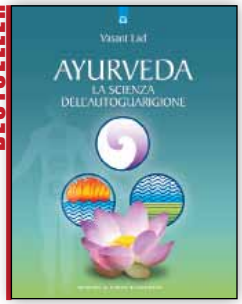
Harish Johari

MASSAGGIO AYURVEDICO

176 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-333-5

A pagina 58 e 65
altri libri di Harish Johari

BESTSELLER



Vasant Lad

AYURVEDA, LA SCIENZA DELL'AUTO-GUARIGIONE

256 pp. - 17 x 22 - Euro 14,00
ISBN 978-88-8093-011-2

NUOVA EDIZIONE
RIVEDUTA E AGGIORNATA

Maya Tiwari

I SEGRETI DELLA GUARIGIONE AYURVEDICA

La più completa guida all'antica medicina indiana

464 pp. - 17 x 22 - Euro 16,90
ISBN 978-88-8093-107-2

B. Miller e L. Miller

AYURVEDA E AROMATERAPIA

I segreti degli oli essenziali e i moderni metodi di guarigione

296 pp. - 17 x 22 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-127-0

Sunil V. Joshi

AYURVEDA E PANCHAKARMA

Ringiovanimento e purificazione con le antiche tecniche indiane

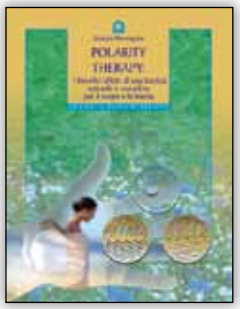
240 pp. - 17 x 22 - Euro 15,00
ISBN 978-88-8093-143-0

Donald VanHowten

AYURVEDA E LINGUAGGIO DEL CORPO

Liberare le emozioni subconscie non risolte

256 pp. - 17 x 22 - Euro 13,94
ISBN 978-88-8093-188-1



Amadea Morningstar

POLARITY THERAPY

I benefici effetti di una tecnica naturale per il corpo e la mente

304 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-376-2

Sri Chakravarti

IL POTERE DI CURARE

La vita straordinaria e le pratiche miracolose di una guaritrice indù

256 pp. - 17 x 22 - Euro 12,91
ISBN 978-88-8093-145-4

Alida Dal Degan

NEL CUORE DEL MASSAGGIO AYURVEDICO

Uno sguardo sull'India

264 pp. - 21 x 21
Euro 16,90 - Illustrato
ISBN 978-88-8093-594-0

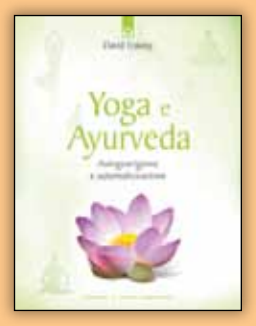
DAVID FRAWLEY

David Frawley

AYURVEDA E LA MENTE

Il potenziale terapeutico della psicologia energetica

270 pp. - 17 x 22 - Euro 14,98
ISBN 978-88-8093-174-4



David Frawley

YOGA E AYURVEDA

Autoguarigione e autorealizzazione

320 pp. - 17 x 22 - Euro 14,98
ISBN 978-88-8093-223-9

A pagina 65
di David Frawley
Tantra yoga

D. Frawley,
S. Ranade, A. Lele

GUARIRE CON LA TERAPIA DEI MARMA

Come stimolare i punti energetici della guarigione yogica

288 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-432-5

A. Morningstar
e U. Desai

LA CUCINA AYURVEDICA

Proprietà nutritive e terapeutiche dei cibi e delle combinazioni alimentari

392 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-012-9

NUOVA EDIZIONE
RIVEDUTA E AGGIORNATA

Melanie Sachs

LA SCIENZA AYURVEDICA DELLA BELLEZZA NATURALE

288 pp. - 17 x 22 - Illustrato
Euro 15,00
ISBN 978-88-8093-041-9

GERTRUD HIRSCHI

Gertrud Hirschi

IL POTERE DEI MUDRA

Equilibrio, vitalità e serenità con lo yoga delle mani

208 pp. - 12 x 17 - Euro 8,90
ISBN 978-88-6820-056-5

Una nota esperta di yoga propone una serie di mudra (posizioni yoga delle mani), accompagnati da affermazioni capaci di offrirti un immediato benessere psicofisico. Queste tecniche semplici e di facile attuazione ti aiutano a ritrovare l'equilibrio, la tranquillità e la vitalità. Lo stress che hai accumulato in una giornata di lavoro può essere allentato in modo rapido ed efficace ovunque ti trovi, adottando determinate posizioni delle mani. Grazie al loro effetto terapeutico ed energetico, i mudra aprono parentesi positive che ti liberano dalla tensione e ti rigenerano, permettendoti di ritrovare la tua centratura emozionale.

BESTSELLER

Gertrud Hirschi

MUDRA, LO YOGA DELLE MANI

I benefici effetti delle antiche tecniche indiane

256 pp. - 12 x 17 - Euro 8,90
ISBN 978-88-8093-257-4

Gertrud Hirschi

I MUDRA DEI DESIDERI

40 CARTE A COLORI

Realizza i tuoi sogni con le antiche tecniche indiane

128 pp. - 12 x 17 - Euro 15,90
40 carte illustrate a colori
ISBN 978-88-8093-712-8

Kim Da Silva

LA SALUTE NELLE NOSTRE MANI

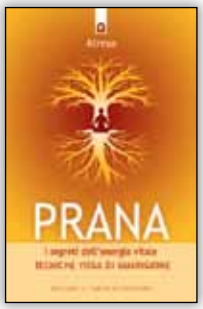
75 mudra di guarigione

144 pp. - 17 x 22 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-024-2

Michael Bradford

L'ENERGIA GUARITRICE DELLE MANI

224 pp. - 17 x 22
Illustrato - Euro 13,00
ISBN 978-88-8093-269-7



Atreya

PRANA, I SEGRETI DELL'ENERGIA VITALE

Tecniche yoga di guarigione

160 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-255-0

Matsuzaki e Blackwell

IL POTERE DI GUARIGIONE DELL'HADO

Attingere all'energia curatrice che fluisce intorno a noi

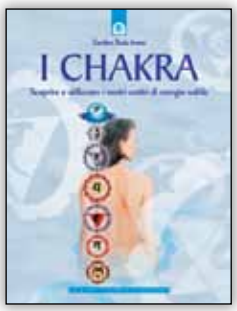
192 pp. - 12 x 17 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-610-5

Scott Shaw

IL FLUIRE DEL KI

Segreti coreani per coltivare l'energia dinamica

192 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-172-0



Caroline Shola Arewa

I CHAKRA

Scoprire e utilizzare i nostri centri di energia sottile

168 pp. - 17 x 22 - Euro 12,50
ISBN 978-88-8093-280-2

Henning Hai Lee Yang

LA LETTURA DEL VISO

Per capire se stessi e gli altri

280 pp. - 11 x 17 - Euro 8,90
ISBN 978-88-8093-362-5

Xiao-fan Zong e G. Liscum

CHIROMANZIA MEDICA CINESE

Autodiagnosi e prevenzione

256 pp. - 11 x 17 - Euro 7,75
ISBN 978-88-8093-211-6

Miki Shima

L'I CHING DELLA MEDICINA

Manuale pratico di diagnosi e prevenzione

240 pp. - 17 x 22 - Euro 12,91
ISBN 978-88-8093-239-0

Thomas Dunkenberger

IL LIBRO TIBETANO DELLA GUARIGIONE

Manuale completo di diagnosi e cura

288 pp. - 17 x 22 - Euro 14,98
ISBN 978-88-8093-213-0

NIRODH FORTINI

Armonia e benessere dal mondo dei suoni, rivisitando antiche culture e tradizioni. **A cura di Nirodh Fortini**

SUONI DI GUARIGIONE
Armonia e benessere con i suoni primordiali
Opuscolo con CD audio
(57' 47") - 32 pp. - 11 x 17
Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-387-8

LO SPIRITO CHE VIAGGIA
Un percorso di suoni e parole attraverso i sette centri energetici
Opuscolo con CD audio
(70' 26") - 32 pp. - 11 x 17
Illustr. a colori - Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-374-8

MUSICA PER LA TUA CASA
Purificare, energizzare, armonizzare l'ambiente in cui viviamo
Opuscolo con CD audio
(48' 30") - 32 pp. - 11 x 17
Illustr. a colori - Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-373-1

BRAINWAVES PER L'APPRENDIMENTO
Sonorità terapeutiche per imparare meglio
Opuscolo con CD audio
(60' 25") 32 pp. - 11 x 17
Illustr. a colori - Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-607-7

BRAINWAVES PER IL MAL DI TESTA
Sonorità terapeutiche per alleviare emicranie e cefalee
Opuscolo con CD audio
(62' 29") - 32 pp. - 11 x 17
Illustr. a colori - Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-526-1

BRAINWAVES PER L'INSONNIA
Sonorità terapeutiche per ritrovare la gioia di dormire
Opuscolo con CD audio
(60' 25") - 32 pp. - 11 x 17
Illustr. a colori - Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-520-9

JOGGING
Correre per stare bene
Il ritmo del movimento
Opuscolo con CD audio (35' 00")
32 pp. - 11 x 17
Illustr. a colori - Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-383-0

TRANCE DANCE
La danza che libera lo spirito
Testo di Mukti Ferrari - Musiche di Lucyan, Kövi Szabolcs, Piotr Kolasa
Opuscolo con CD audio (59' 13")
32 pp. - 11 x 17 - Illustr. a colori
Euro 14,50 - ISBN 978-88-8093-456-1

MINDWORK
Atmosfere per il benessere psico-fisico
Musica distensiva ed energetica ideata come accompagnamento alle tecniche mentali
Opuscolo con CD audio (56' 44")
32 pp. - 11 x 17 - Illustr. a colori
Euro 14,50 - ISBN 978-88-8093-386-1

BODYWORK
Atmosfere per il benessere psico-fisico
Musica distensiva ed energetica ideata come accompagnamento alle tecniche corporee
Opuscolo con CD audio (50' 19")
32 pp. - 11 x 17 - Illustr. a colori
Euro 14,50 - ISBN 978-88-8093-369-4

WORK MUSIC
Atmosfere per l'ambiente di lavoro
Testo di Nirodh Fortini
Musiche di Anando Bricchi
Opuscolo con CD audio (48' 39")
32 pp. - 11 x 17 - Illustr. a colori
Euro 14,50 - ISBN 978-88-8093-448-6

ROBERTO PAGNANELLI

Roberto Pagnanelli, laureato in medicina e chirurgia, si è specializzato in psichiatria, psicosomatica e psicoterapie brevi. Diplomato in psicoterapia presso l'Istituto Riza di Milano e in medicina omeopatica presso l'Istituto Superiore di Medicina Olistica dell'Università di Urbino, è autore di volumi di successo in campo medico e psicologico.

BESTSELLER

Roberto Pagnanelli

ATTACCHI DI PANICO
Che cosa sono, come affrontarli, come curarli
184 pp. - 17 x 22 - Illustrato - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-304-5

Roberto Pagnanelli

LA DEPRESSIONE
Come affrontarla, come curarla
206 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-370-0

Roberto Pagnanelli

...E LIBERACI DA ANORESSIA E BULIMIA
Manuale di auto-aiuto per madri e figlie: conoscere i disturbi alimentari e affrontarli insieme
256 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-419-6

MUSICOTERAPIA CINEMATOGRAFICA

Musica e parole che aiutano a ritrovare la fiducia in se stessi, infondendo serenità, coraggio e voglia di tornare protagonisti del proprio benessere.

MUSICOTERAPIA PER LE OSSESSIONI
Per affrontare ossessioni, comportamenti ripetitivi, pensieri ricorrenti, atteggiamenti di controllo, compulsioni e gesti scaramantici
Con CD audio e opuscolo
32 pp. - 11 x 17 - Ill. a colori
17 brani 57' 11"- Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-689-3

MUSICOTERAPIA CINEMATOGRAFICA PER LA PAURA DI VOLARE
CD di terapia guidata e opuscolo
32 pp. - 11 x 17 Ill. a colori
17 brani - 60' 25"
Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-730-2

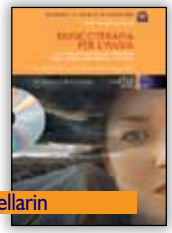
MUSICOTERAPIA PER ATTACCHI DI PANICO
CD di terapia guidata e opuscolo
32 pp. - 11 x 17
8 brani - 54' 18"
Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-447-9

MUSICOTERAPIA PER ATTACCHI DI PANICO 2
Per affrontare panico, ansia e depressione
Con CD audio e opuscolo
32 pp. - 11 x 17
12 brani - 60' 25"
Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-656-5

MUSICOTERAPIA PER LA DEPRESSIONE
CD di terapia guidata per affrontare panico, ansia e depressione
Con CD audio e opuscolo
32 pp. - 11 x 17 Ill. a colori
11 brani - 55' 05"
Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-469-1

Musiche di Pagnanelli e Castellarin

MUSICOTERAPIA PER LA PAURA
CD di terapia guidata per affrontare paure, fobie, angoscia, panico
Con CD audio e opuscolo
32 pp. - 11 x 17 Ill. a colori
13 brani 60' 25"
Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-573-5



MUSICOTERAPIA PER L'ANSIA
CD di terapia guidata per affrontare ansia, panico, depressione e insonnia
Con CD audio e opuscolo
32 pp. - 11 x 17
13 brani - 66' 58"
Euro 14,50
ISBN 978-88-8093-516-2

NOVITÀ

Rebecca Linder Hintze

GUARIRE LA PROPRIA STORIA FAMILIARE

Il passato tiene in ostaggio il tuo presente e il tuo futuro?

176 pp. - 14 x 21,5 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-703-6

Una chiave potente ed efficace per identificare i paradigmi familiari che si sono insediati all'interno di noi e ci impediscono di realizzare il nostro potenziale. Un vero e proprio processo di guarigione in 5 passi.

Joy Manné

LE COSTELLAZIONI FAMILIARI

Integrare nella vita quotidiana la saggezza delle costellazioni familiari

128 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-585-8

Una terapia efficace per scoprire e sciogliere i "blocchi" familiari che si trasmettono di generazione in generazione e che sono causa di malattie e disturbi psichici e fisici.

Joe-Ann Benoit

COME LIBERARSI DALLE RIPETIZIONI FAMILIARI NEGATIVE

I segreti della psicogenealogia

192 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-690-9

Attraverso l'analisi dell'albero genealogico, questo nuovo approccio terapeutico offre una miglior comprensione della famiglia, delle sue opportunità e del suo impatto sull'esistenza, per porre fine alle ripetizioni familiari negative e superare gli ostacoli che impediscono di essere pienamente se stessi.

Linda Blair

IN ORDINE DI NASCITA

Primogenito, ultimogenito o figlio unico?

L'ORDINE IN CUI SEI NATO INFLUENZA IL CARATTERE E LA PERSONALITÀ

256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-140-1

"I figli unici sono lupi solitari", "È abituato a farsi comandare perché è nato per primo!", "È la cocca dei genitori, la più piccolina": quante volte abbiamo usato o sentito usare stereotipi del genere? Benché si tratti di generalizzazioni che implicano sempre varie eccezioni, dietro queste "istantanee" del carattere di una persona c'è un fondo di verità che deriva dall'influenza esercitata dalla posizione nell'ordine di nascita.

La psicologa clinica Linda Blair presenta un'attenta e accurata analisi degli effetti che l'ordine di nascita esercita sul carattere e sulla personalità di ciascuno di noi, osservandone le implicazioni nel rapporto tra fratelli, nel carattere dei figli, nelle relazioni e persino nelle scelte professionali.

GANDINI E FUMAGALLI

Flavio Gandini e Samantha Fumagalli

IL POTERE DEI SOGNI E LA DERMO-RIFLESSOLOGIA

Una guida per imparare l'arte della polarizzazione onirica e trovare nei sogni soluzioni nuove e creative

224 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-788-3

Non solo un semplice manuale, ma una vera e propria tecnica innovativa per interrogare consapevolmente il nostro inconscio durante il sonno.

Flavio Gandini e Samantha Fumagalli

RIFLESSOLOGIA DELLA MEMORIA

La più potente tecnica per liberarsi da paure e condizionamenti legati al passato

160 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-644-2

Una chiave d'accesso al mondo dell'inconscio e della memoria. "Ricapitolare" la propria storia personale consente di attivare la liberazione da paure e condizionamenti.

Linda Joy Myers

IL POTERE DEI RICORDI

Riscrivere la propria storia è un efficace processo terapeutico

Un innovativo manuale di autoguarigione emozionale

240 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-790-6

Un innovativo programma basato sulla scrittura dei ricordi e della propria storia personale per un percorso di guarigione fisica ed emotiva.

Fabrizio Strata

LA SALUTE TRA LE RIGHE

Manuale di grafologia psicosomatica

160 pp. - 17 x 22
Illustrato - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-711-1

La scrittura dice molto di noi: carattere, inclinazioni, il passato, la nostra storia e... il nostro stato di salute. La grafodiagnostica è un metodo di indagine semplice e intuitivo. Un nuovo approccio alla salute e al benessere.

Marie Coupal

I SIMBOLI DEI SOGNI

Analisi psicologica, psicoanalitica, esoterica e mitologica

LA GUIDA PIÙ AMPIA E COMPLETA ALLE SIMBOLOGIE ONIRICHE

416 pp. - 17 x 22 - Euro 15,50
ISBN 978-88-8093-329-8

Un elenco dettagliato dei sogni e dei loro simboli, organizzato in ordine alfabetico. Una preziosa fonte di consultazione per decifrare la profondità e la ricchezza degli stati onirici. Una guida pratica e completa.

EFT: salute, benessere e felicità "sulla punta delle dita"

NOVITA'

Luc Bodin e Maria-Elisa Hurtado-Graciet

EFT: ISTRUZIONI PER L'USO

Tecniche di liberazione emozionale per superare le tue paure e cancellare "con un dito" tutte le emozioni negative che ti tormentano

160 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-6820-144-9

L'EFT (Emotional Freedom Techniques, tecniche di liberazione emozionale) è una collaudata tecnica psico-energetica alla portata di tutti, semplice, piacevole ed efficace, priva di controindicazioni o effetti collaterali. Ti permette di rimuovere in maniera definitiva le tracce emotive dei traumi vissuti in passato per allentare tensioni ricorrenti a livello fisico e mentale e ritrovare il benessere. *EFT: istruzioni per l'uso* ti guida passo dopo passo alla scoperta di una tecnica che abbina medicina tradizionale cinese (punti dell'agopuntura), PNL e le più recenti scoperte nel campo delle neuroscienze. Attraverso una sequenza di picchiettamento (tapping) di specifici punti lungo i principali meridiani dell'agopuntura, l'EFT lavora in profondità a livello energetico per andare alla radice della paura, dell'angoscia e del disagio che vivi, desensibilizzando il dolore.

L'EFT (Emotional Freedom Techniques, tecniche di liberazione emozionale) è una collaudata tecnica psico-energetica alla portata di tutti, semplice, piacevole ed efficace, priva di controindicazioni o effetti collaterali

A pag. 18 EFT L'ultima frontiera del successo

NOVITA'

Jack Canfield e Pamela Bruner

EFT L'ULTIMA FRONTIERA DEL SUCCESSO

Come usare le tecniche di liberazione emozionale per superare ogni ostacolo e far decollare i tuoi risultati

352 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-6820-104-3

Windy Dryden

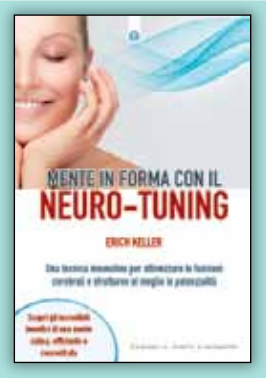
TRASFORMA OTTO EMOZIONI LETALI IN EMOZIONI SANE

Suggerimenti e tecniche per affrontare le emozioni negative

176 pp. - 14 x 21 - Euro 11,90
ISBN 978-88-6820-054-1

Ansia, depressione, senso di colpa, vergogna, dolore, rabbia, gelosia e invidia sono emozioni definite "letali", perché le conseguenze sulla psiche e sul fisico possono rivelarsi devastanti. Invece di "guastarti il sangue", puoi viverle in modo sano e farle diventare un'opportunità!

NOVITA'



Erich Keller

MENTE IN FORMA CON IL NEURO-TUNING

Una tecnica innovativa per ottimizzare le funzioni cerebrali e sfruttarne al meglio le potenzialità

Scopri gli incredibili benefici di una mente calma, efficiente e concentrata

256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90 - ISBN 978-88-6820-138-8

Il Neuro-Tuning è un metodo innovativo che consente di eseguire una positiva ed efficace risintonizzazione del cervello. Attraverso numerosi esempi illustrati, Erich Keller spiega come ridurre l'agitazione della mente, sviluppando un senso di pace, tranquillità, rilassamento, sfruttando fino in fondo tutte le potenzialità nascoste del cervello. Ansia, rimuginio, preoccupazioni costanti, scarsa concentrazione e attacchi di panico sono condizioni che portano a situazioni di stress e contribuiscono all'insorgere di problemi fisici, emotivi e relazionali. Il Neuro-Tuning attiva un fenomeno simile a quello che si crea durante la meditazione, dove la frequenza delle onde cerebrali scende a 5-8 Hz. Questa frequenza, chiamata onde theta, è uno stato naturale nella prima infanzia, ma tende a passare in secondo piano in età adulta, soprattutto in un cervello tormentato da conflitti di natura fisica o psicologica.

Karl Dawson e Sasha Allenby

MATRIX REIMPRINTING

Oltre l'EFT (tecniche di liberazione emozionale)
RISCRIVERE IL PASSATO PER TRASFORMARE IL FUTURO

288 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-922-1

Una tecnica per cancellare il ricordo dei traumi e sostituirlo con nuovi ricordi positivi che ne trasformano la Matrice, la quale inizia così a sprigionare l'energia necessaria a produrre un nuovo stato di benessere.

Valerie e Paul Lynch

GUARIGIONE EMOTIVA IN POCHI MINUTI CON IL METODO EFT

Semplici tecniche di digtopressione per curare rapidamente le nostre emozioni

224 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-327-4

Conservare una sana vita emotiva e conquistare paure, fobie ed emozioni negative con una tecnica semplice ed efficace, attraverso una sequenza di leggere digitopressioni da esercitare sui punti energetici del corpo. Con chiare istruzioni passo dopo passo e informazioni complete sui punti da stimolare.

David J. Pollay

SMALTIRE LA SPAZZATURA EMOTIVA

Come non scaricarla sugli altri, come non farsela scaricare addosso

256 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-941-2

Come affrontare la tua negatività, quella altrui e come gestire lo smaltimento di entrambe. Attuando le giuste strategie, diventando consapevole dei meccanismi inconsci e agendo piuttosto che reagendo, scoprirai che cambiare attitudine può diventare positivamente contagioso!

MICHEL ODOUL

Gérard Charpentier

LE MALATTIE E LE LORO EMOZIONI

Comprendere le proprie reazioni psicosomatiche

224 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-343-4

Un libro per riconoscere i processi di psicosomatizzazione, che prende in esame un ampio spettro di patologie per collegarle alle emozioni, per vedere il corpo e la malattia in maniera diversa, divenendo parte attiva nella guarigione.

Michel Odoul

UN CORPO PER CURARMI, UN'ANIMA PER GUARIRE

192 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-849-1

Michel Odoul sfata il mito che la malattia sia una fatalità e propugna la necessità di dare un senso a ogni male. La malattia non è una "sfortuna" o una "punizione", è semplicemente il modo con cui il nostro corpo ci comunica che lo stress, i conflitti psicologici ecc. ne hanno pregiudicato l'equilibrio.

BESTSELLER

Michel Odoul

DIMMI DOVE TI FA MALE E TI DIRÒ PERCHÉ

I richiami del corpo sono i messaggi dell'anima

ELEMENTI DI PSICOENERGETICA

208 pp. - 17 x 22 - Euro 14,00
ISBN 978-88-8093-235-2

Secondo la medicina orientale, la malattia indica un ostacolo nel "cammino di vita". Il nostro corpo ci parla, ma dobbiamo imparare a comprenderlo, decodificando i meccanismi psicoenergetici della malattia.

Michel Odoul

DIMMI DOVE TI FA MALE: GLOSSARIO PSICOENERGETICO

Più di 300 patologie analizzate e decodificate

224 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-872-9

Michel Odoul propone un modello di salute "psicoenergetica" secondo il quale un sintomo e la sua localizzazione costituiscono un'eloquente indicazione del problema che non è stato risolto a livello profondo.

Michel Odoul

DIMMI QUANDO TI FA MALE E TI DIRÒ PERCHÉ

Miti corporei e cicli di vita

272 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-6820-057-2

Un viaggio attraverso mitologia, archetipi e cicli planetari nel corso del quale Michel Odoul spiega che traumi e malattie non avvengono per caso, ma secondo la risposta alla tua evoluzione, all'interno di un determinato ciclo.

Daniel Chabot

COME COLTIVARE REAZIONI EMOTIVE INTELLIGENTI

Un efficace percorso per mettere a frutto l'intelligenza emotiva

160 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-356-4

Un manuale per riconoscere e sviluppare la nostra intelligenza emozionale e usare in modo consapevole e vantaggioso le emozioni.

A.J. Barsky e E.C. Deans

SMETTI DI ESSERE I TUOI SINTOMI E COMINCIA A ESSERE TE STESSO

Un programma di sei settimane per guarire dai sintomi cronici

256 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-587-9

Barsky, psichiatra e pioniere nel campo della medicina mente-corpo, ha riscontrato che alterare il modo in cui vediamo la malattia può esercitare un considerevole effetto su di essa.

Jean-Jacques Crèvecoeur

IL LINGUAGGIO DELLA GUARIGIONE

Ritrovate il controllo del vostro equilibrio e della vostra salute

240 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-582-7

Una sintesi di ciò che permette di prendere in mano la propria salute in modo più responsabile, per chi è affetto da gravi malattie, è deluso dalle terapie tradizionali o cerca un approccio olistico alla salute.

Matthew Manning

LA TUA MENTE PUÒ GUARIRE IL TUO CORPO

Come le esperienze e le emozioni influenzano la salute

192 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-634-3

Tutti possiedono la capacità di autoguarigione e possono imparare a svilupparla. Le incredibili esperienze di Matthew Manning e il suo lavoro con migliaia di pazienti lo dimostrano, grazie a storie di autentiche guarigioni.

Jean-Pierre Barral

COMPRENDERE I MESSAGGI DEL NOSTRO CORPO

Guarire individuando le relazioni tra emozioni e disturbi

240 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-529-2

Barral passa in rassegna ogni organo, indicandone il funzionamento, i disturbi che possono colpirlo, le cause e gli strumenti per curarli con l'alimentazione e con un sano atteggiamento psicologico.

A pagina 2: *Comprendere i messaggi delle nostre articolazioni*

Francesco Santi

LA BOCCA DELLA SALUTE

Manuale di dentosofia olistica

Dalla salute della bocca al benessere di corpo e psiche

256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-065-7

La bocca della salute è una guida olistica che aiuta a ristabilire armonia nell'organismo, inteso come corpo-mente-anima, attraverso le molteplici possibilità terapeutiche offerte dalla dentosofia, una medicina moderna che affonda le radici in tradizioni millenarie. Riconoscendo il legame che intercorre tra cavo orale e disagio psicofisico e in virtù del fatto che la disposizione dentale è il riflesso del nostro stato generale, l'osservazione della dentizione ci fa ottenere un codice per "leggere la nostra storia" e, grazie a esso, intervenire per ripristinare il giusto equilibrio. I risultati sono sorprendenti e i casi clinici lo dimostrano. L'approccio terapeutico della dentosofia è in grado di eliminare i blocchi emozionali che spesso danno luogo a disturbi fisici quali emicranie, mal di schiena, allergie, acufeni, vertigini, problemi muscoloscheletrici e numerose altre patologie. Aiuta inoltre a svolgere un'efficace autoanalisi emozionale per comprendere quali blocchi impediscono di vivere serenamente.

Roberto Kaplan

DIMMI COME VEDI E TI DIRÒ COME SEI

Salute degli occhi ed equilibrio interiore con la visione consapevole

248 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-342-7

Un approccio integrato alla cura dei difetti della vista, ricco di esempi ed esercizi pratici. Kaplan dimostra come le percezioni interiori arrivino a influenzare la salute degli occhi e propone validi rimedi.

Lee Jampolsky

IL LATO POSITIVO

Dire di sì alla vita quando il corpo dice no

Ritrovare la gioia di vivere anche nelle situazioni più difficili

256 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-6820-011-4

Quando ti manca la salute, all'improvviso ti senti scoraggiato, abbattuto, impotente. Se poi i problemi si protraggono, rischi la depressione. *Il lato positivo* ti insegna a reinquadrare la tua vita, per superare i limiti fisici imposti dal cattivo stato di salute.

Deborah King

LA VERITÀ GUARISCE

Smantella le bugie che ti fanno ammalare

176 pp. - 14 x 21 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-926-9

Una stupefacente investigazione sulla pura verità, nuda e cruda, sul suo potente impatto sulla vita, la morte e la salute, sulle aberrazioni che derivano dalla sua negazione. Deborah King dimostra come la malattia possa cedere il passo a una vita sana e intensa.

Philippe Lahille

VIVI SEMPLICE, VIVI MEGLIO

130 consigli pratici per una vita essenziale, appagante e senza sprechi

160 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-945-0

Lo stile di vita basato sulla "semplicità volontaria" sta suscitando interesse e riscuotendo successo. In netta contrapposizione all'ostentazione, la decrescita si sta affermando come un nuovo stile di vita. Un vademecum all'insegna dell'essenziale e del decluttering.

S. Mortera e O. Nunge

VIVERE BENE QUI E ORA

La forza dell'attimo presente

128 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-584-1

Una valida metodologia di trasformazione personale con un percorso in 7 tappe pone l'accento su diversi aspetti dell'essere e getta basi di un cambiamento decisivo. Siamo invitati ad abbandonare il ruolo di creature manipolate per abbracciare quello di creatori della nostra vita.

Donatella Caprioglio

NEL CUORE DELLE CASE

Viaggio interiore tra case e spazi mentali

192 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-928-3

Da come abitiamo la nostra dimora si può capire il legame che abbiamo con la parte più intima di noi stessi. Capire il nostro modo di abitarla può essere l'occasione per liberarci di ricordi ingombranti e respirare in uno spazio nuovo.

Judy Hall

PROTEZIONE PSICHICA

Come difendersi da pensieri e sentimenti negativi

208 pp. - 17 x 22 - Euro 12,50
ISBN 978-88-8093-252-9

Una guida pratica presenta tecniche semplici ed efficaci per creare un proprio scudo energetico che esalti la qualità della vita e consenta di avvicinare gli altri in maniera positiva, creando una barriera invisibile contro pensieri e sentimenti negativi.

A pagina 24:
Reincarnazione

Sibylle Krüll

COME AFFRONTARE LA PERDITA DI UNA PERSONA CARA

Un percorso emozionale consapevole e attivo per elaborare il lutto.

224 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-599-5

Sibylle Krüll presenta il lutto come un processo che non va subito passivamente, ma attraversato in maniera attiva e consapevole. Un percorso mentale e spirituale con un'ampia raccolta di azioni concrete per facilitare l'elaborazione del lutto.

Daniel Curry

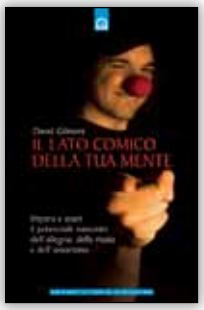
CHE EMISFERO SEI?

Matematico o poeta? Te lo rivela l'emisfero dominante

CON TEST ED ESERCIZI

128 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-949-8

Ti concentri sui dettagli o consideri il quadro globale? Sei portato per la matematica, l'analisi, le scienze esatte o prediligi la poesia, le lettere, l'arte? La risposta è nel tuo cervello. O meglio, nell'emisfero che predomina.



David Gilmore

IL LATO COMICO DELLA TUA MENTE

Impara a usare il potenziale nascosto dell'allegria, dell'umorismo e della risata

176 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-661-9

Il buonumore e l'allegria sono fattori indispensabili per una vita serena. Trasformare la vita in un gioco senza perderne di vista la serietà. Far emergere l'allegria, la voglia di ridere. Vivere con leggerezza e gioia la vita di tutti i giorni.

Jean-Marie Delecroix e Nathalie Delecroix

LE SBALORDITIVE CAPACITÀ DEL CERVELLO

Come nutrirlo, svilupparlo e guarirlo

240 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-6820-029-9

Dalle ultime scoperte nel campo delle neuroscienze e della fisica quantistica alla funzione dei neurotrasmettitori, senza tralasciare ciò che danneggia il cervello.

A pagina 29:
Le otto cure rivitalizzanti

Harriet Griffey

L'ARTE DELLA CONCENTRAZIONE

Più efficienti, meno stressati, più appagati

272 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-848-4

Ritrovare la capacità di concentrarsi è essenziale in un mondo attivo 24 ore su 24. Il cervello umano possiede per sua natura questa capacità e Harriet Griffey ci insegna a metterla a frutto, risvegliandola attraverso tecniche ed esercizi mirati e utili.

Luciano Rizzo

I SEGRETI DEL SUBCONSCIO

Liberarsi da stimoli e reazioni automatiche sviluppando l'intelligenza emotiva

176 pp. - 17 x 22 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-463-9

Uno strumento per imparare a sviluppare la propria intelligenza emotiva, liberandosi dalla catena di reazioni automatiche che sono una continua fonte di condizionamenti. Un testo semplice ed efficace per imparare a conoscere la nostra mente emotiva.

DANIEL G. AMEN

Daniel G. Amen

CAMBIA IL TUO CERVELLO, CAMBIA IL TUO CORPO

Un programma rivoluzionario per ottenere il corpo che hai sempre desiderato

400 pp. - 17 x 22 - Euro 16,90
ISBN 978-88-8093-915-3

Il dottor Amen dimostra come il tuo cervello sia in grado non solo di rendere ottimali le condizioni di salute, ma anche di farti ottenere il corpo che hai sempre desiderato. 15 pratiche soluzioni per conseguire risultati sorprendenti.

Daniel G. Amen

MENTE IN FORMA A OGNI ETÀ

Metodi naturali per esprimere al massimo il potenziale del tuo cervello

320 pp. - 17 x 22 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-710-4

La chiave per il successo a ogni età è un cervello sano. Ottimizzandone la funzionalità, tutti noi possiamo sviluppare le qualità di una mente in perfetta forma, per ottenere la spinta necessaria per vivere ogni giorno al massimo.

Daniel G. Amen

IL CERVELLO IN AMORE

12 lezioni per migliorare la tua vita sessuale e affettiva

320 pp. - 17 x 22 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-734-0

Qual è lo strumento migliore per ottenere un piacere sessuale insuperabile? Il cervello! Amen offre 12 lezioni per migliorare la vita amorosa attraverso la comprensione e il miglioramento delle funzioni cerebrali.

Daniel G. Amen

CAMBIA IL TUO CERVELLO, CAMBIA LA TUA VITA

Un programma rivoluzionario per sconfiggere ansia, depressione, ossessioni, rabbia e impulsività

288 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-834-7

Cambiare la fisiologia del cervello, grazie a numerosi consigli pratici, tecniche collaudate ed esercizi efficaci, per superare diversi problemi e imprimere una svolta decisiva alla nostra vita.

Richard O'Connor

IL CERVELLO FELICE ISTRUZIONI PER L'USO

Come vivere una vita più felice e appagante senza pillole, sostanze chimiche o anni di terapia

320 pp. - 17 x 22 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-846-0

Secondo i più recenti sviluppi scientifici, il cervello va attivamente istruito a essere più ricettivo nei confronti della felicità, con un ampio ventaglio di tecniche per riprogrammarlo.

NOVITA'

Susanne Marx

FENG SHUI INTERIORE

Armonizza i tuoi spazi mentali

176 pp. - 14 x 21 - illustrato
Euro 10,90
ISBN 978-88-6820-124-1

Se desideri dare una svolta alla tua vita, infondere armonia alla tua esistenza, rimuovere blocchi energetici ed emozionali, *Feng shui interiore* ti offre il metodo ideale. Applicandone i principi nella tua vita di tutti i giorni, potrai evolvere, sbarazzarti delle convinzioni errate alimentate finora, eliminare i fattori di disturbo che ti impediscono di realizzare i tuoi obiettivi e raggiungere un'armonia interiore duratura. Basato sull'antica saggezza orientale del feng shui applicata alla tua sfera interiore, al tuo habitat mentale, *Feng shui interiore* è un manuale che ti fornisce tutti gli strumenti necessari per attuare un meraviglioso cambiamento. Troverai varie checklist, affermazioni utili ed esercizi creativi di visualizzazione che ti aiuteranno a cambiare l'ambiente intorno a te e dentro di te, stimolando l'energia dell'anima e liberandone i blocchi. *Feng shui interiore* propone infine tecniche di stimolazione EFT molto efficaci, che ti condurranno in un batter d'occhio verso la realizzazione dei tuoi obiettivi.

Peter Bongiorno

E SE NON FOSSE DEPRESSIONE?

Un approccio innovativo e la soluzione definitiva

CARENZA DI VITAMINA B, INFIAMMAZIONI CRONICHE, RIDOTTA ESPOSIZIONE ALLA LUCE, SQUILIBRI TIROIDEI, DISIDRATAZIONE ECC. POSSONO INDURRE SINTOMI SIMILI ALLA DEPRESSIONE

288 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-6820-047-3

Un programma diagnostico e di trattamento naturale per farti ritrovare l'equilibrio psicofisico. Utili consigli pratici.

Pascal Neveu

NON TEMERE I CAMBIAMENTI

Manuale di autotrasformazione positiva

208 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-865-1

Avrai sentito un amico o un familiare affermare: "Dovresti proprio cambiare!". Ma come? La vera metamorfosi è quella che parte dall'identificazione delle resistenze e delle paure e arriva a un sincero desiderio di trasformazione.

Yves-Alexandre Thalmann

RESPONSABILE SÌ, COLPEVOLE NO!

Il giusto approccio al senso di responsabilità

128 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-681-7

Assumersi le proprie responsabilità è essenziale: ci atteggiamo a vittime se lo facciamo troppo poco e ci colpevolizziamo se esageriamo. L'equilibrio è la chiave del rispetto e della qualità dei rapporti.

Pamela Wartian Smith

PERCHÉ NON RIESCI A DIMAGRIRE

Capire significa riuscirci!

18 motivi che ti impediscono di perdere peso e le migliori soluzioni

304 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-6820-045-9

Test di autovalutazione, consigli pratici, integratori efficaci, sani cambiamenti nello stile di vita, i trend nutrizionali più all'avanguardia per un maggior benessere e un sano dimagrimento.

Christine Sarah Carstensen

IL TUO CERVELLO TI FA INGRASSARE?

Un approccio innovativo per raggiungere il peso ideale

244 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-555-1

Tre buone notizie: 1) è possibile farla finita con le restrizioni; 2) se il cervello ha saputo scrivere il programma "ingrassare", sa anche scrivere "dimagrire"; 3) la perdita di peso progressiva è duratura. Ecco un approccio innovativo, coerente e pragmatico.

Doreen Virtue

ANCORA UNO E POI BASTA…

Cosa si cela dietro il bisogno costante di cibo e come superarlo

336 pp. - 14 x 21 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-953-5

Se soffri di fame compulsiva, se ogni volta che ti senti teso vai verso la cucina, se lo stress si calma solo riempiendo lo stomaco, questo è il libro che fa per te. Imparerai come interpretare e risolvere le spinte verso la cioccolata, gli snack, i carboidrati, il formaggio, il gelato e molti altri alimenti.

Manuela Oetinger

AURA: I CAMPI ENERGETICI DELL'UOMO

Come i pensieri e i campi energetici influenzano la vita di tutti i giorni

144 pp. - 17 x 22 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-415-8

Studiare l'aura e i campi energetici consente di capire se stessi, migliorare la vita e l'ambiente circostante.

Louis Gosselin

CHE FARE QUANDO TUTTO VA MALE?

Come uscire dalle situazioni difficili della vita

144 pp. - 17 x 22 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-385-4

Per ogni problema vengono proposte soluzioni psicologiche, fisiche e d'altro genere. I problemi apparentemente esterni cominciano, in realtà, dal proprio stato interiore, che è quindi la prima cosa da ripulire, soprattutto imparando ad amare e ad accettare tutto di sé.

Xavier Cornette de Saint Cyr

SONO UN PERFEZIONISTA, MA MI CURO!

Trovare serenità e soddisfazione tra pretese e aspettative realistiche

128 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-674-9

Un invito a ridimensionare con lucidità le tue pretese, a sviluppare aspettative realistiche verso te stesso o verso chi ti sta vicino e, soprattutto, ad apprezzare i risultati che hai ottenuto pur continuando a progredire.

Christianne Chaillé

IMPARATE A NON CONTROLLARE TUTTO

Per la vostra felicità e quella degli altri

144 pp. - 17 x 22 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-623-7

Quasi tutti conosciamo persone per cui il bisogno di controllo è fortissimo: *Imparate a non controllare tutto* permette finalmente di capirle meglio e di aiutarle. Un importante strumento di crescita e miglioramento personale, per gli altri e per se stessi!

Jacques Salomé

NON OSTACOLARE TE STESSO!

Riconoscere i pensieri e i comportamenti autosabotatori

256 pp. - 14 x 21,5 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-685-5

Siamo dotati di creatività fenomenale nel creare e alimentare pensieri sabotatori che ci inducono a fare ciò che non vogliamo. Riconoscendoli e tenendoli a bada saremo in grado di liberarcene, guadagnando la libertà di essere noi stessi.

ALAIN J. MARILLAC

Alain J. Marillac

BASTA SENSI DI COLPA

Come ritrovare la propria autonomia interiore

160 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-636-7

Come porre fine all'angosciante sensazione di aver commesso uno sbaglio? Soffermarsi sulla portata di un gesto o di una parola fa nascere scrupoli e giudizi su di sé. Alain J. Marillac propone vari modi di lasciarsi alle spalle i sensi di colpa.

Alain J. Marillac

ESPRIMERE LA COLLERA SENZA PERDERE LE STAFFE

Trasformare la rabbia in energia positiva

160 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-6820-025-1

Sei abituato a considerare la collera distruttiva e negativa, da evitare o reprimere, perché spesso la confondi con la violenza. In realtà è una forma di energia che puoi volgere in positivo. Marillac ti insegna a esplorare la collera per imparare a incanalarla in maniera costruttiva e trarne vantaggio.

Christel Petitcollin

AFFERMARE SE STESSI E OSARE DIRE NO

Vincere dubbi, paure e sensi di colpa

128 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-578-0

Strumenti semplici ed efficaci per imparare a dire di no con sempre maggior facilità e senza sensi di colpa.

Della stessa autrice a pag. 55:
Lo zen e l'arte di innamorarsi

Brenda Shoshanna

I 7 PRINCIPI DELLA SERENITÀ

Il coraggio di essere se stessi oltre la paura

256 pp. - 14 x 21,5 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-676-3

Fondendo insegnamenti orientali e occidentali, *I 7 principi della serenità* fornisce indicazioni psicologiche, spirituali e pratiche per attivare le nostre risorse interiori, per ascoltare e scegliere pensieri positivi, riguadagnando la gioia di vivere e la fiducia in noi stessi e negli altri attraverso l'antidoto della paura: l'amore.

Michael Clarkson

PAURA INTELLIGENTE

Come trasformare in punti di forza i propri punti deboli

208 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-359-5

Spiega come trasformare la paura da nemica in alleata. Nelle situazioni pratiche della vita quotidiana, invece di essere ostacoli che bloccano, le paure possono diventare stimoli che aiutano ad aver successo nelle nostre attività, trasformandosi da punti deboli in punti di forza.

Anne Jones

IL POTERE È IN TE

Sviluppare la forza interiore, padroneggiare le paure, esprimere il proprio potenziale

256 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-682-4

Possediamo un enorme potere personale. Ne siamo consapevoli? Riusciamo ad accedervi quando ci serve? Questo nostro nucleo energetico ci motiva, ci dà resistenza, coraggio, determinazione e chiare indicazioni per affrontare le sfide della vita. Quando entriamo in contatto con esso, otteniamo la sicurezza e la forza per dirigerci verso i nostri obiettivi. *Il potere è in te* si rivolge direttamente a quel nucleo energetico, offrendo un metodo per identificarlo, attivarlo e potenziarlo al massimo.

Della stessa autrice a pag. 27:
Liberarsi dalle energie negative

POLETTI E DOBBS

Rosette Poletti e Barbara Dobbs

ACCETTARE CIÒ CHE È

Accogli il presente e libera il tuo futuro

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-725-8

Ci sono situazioni che non vanno come ci piacerebbe. A volte si tratta di situazioni drammatiche: un lutto, una malattia, un problema di lavoro. Ci sentiamo perduti e per reazione chiudiamo gli occhi di fronte alla realtà. Così facendo, però, ci impediamo anche di "vedere la luce in fondo al tunnel".

R. Poletti e B. Dobbs

I SEGRETI DELL'AUTOSTIMA

Come sviluppare e conservare un bene prezioso

104 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-433-2

L'autostima è alla base di tutto ciò che una persona dice o fa, tuttavia in molti casi il suo livello è così basso da impedire un normale rapporto con se stessi e con gli altri.

R. Poletti e B. Dobbs

MOLLARE LA PRESA

Come vincere le resistenze e rendere meravigliosa la propria vita

120 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-430-1

Ogni tanto abbiamo bisogno di trovare la forza per abbandonare il passato e aprirci con fiducia alle nuove tappe. Qui troviamo gli strumenti necessari per comprendere quando è il momento di farlo.

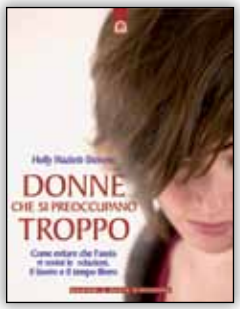
Daniel Maurin

GUARIRE LE FERITE INTERIORI

La porta della libertà, della pace e della gioia

256 pp. - 17 x 22 - Euro 16,90
ISBN 978-88-8093-569-8

7 semplici metodi per eliminare le ferite profonde che avvelenano l'esistenza, terapie che agiscono a livello profondo e permettono di ritrovare l'equilibrio psicologico e la gioia di vivere che scaturisce da un nuovo atteggiamento nei confronti degli eventi e delle persone.



Holly Hazlett-Stevens

DONNE CHE SI PREOCCUPANO TROPPO

Come evitare che l'ansia vi rovini le relazioni, il lavoro e il tempo libero

176 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-593-3

Preoccuparsi è qualcosa che possiamo superare. Una gamma di tecniche semplici ed efficaci per contrastare l'ansia mostra come uscire dal turbinio di pensieri, sensazioni e comportamenti che perpetuano il ciclo ansiogeno.

Milton Cameron

GESTI E ATTEGGIAMENTI CHE PARLANO DA SOLI

Capire e padroneggiare il linguaggio del corpo per migliorare il rapporto con se stessi e con gli altri

128 pp. - 17 x 22 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-400-4

I gesti che compiamo nascondono un preciso significato e rivelano i nostri pensieri, lo stato d'animo e persino il carattere. Disegni e spiegazioni illustrano in dettaglio le varie modalità dell'espressione gestuale.

Chantal St-Hilaire

CONFRONTARSI SENZA LITIGARE

L'arte di ottenere il meglio da qualsiasi discussione

176 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-640-4

Imparando ad ascoltare gli altri, a dialogare meglio e a scambiare adeguatamente i nostri punti di vista, ci renderemo conto che, in ultima analisi, a trarne beneficio sarà il nostro intero essere. Ci sentiremo più padroni dei nostri mezzi.

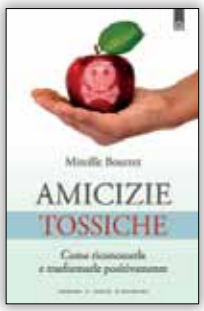
Gunter Leone

DIADE

Le parole giuste possono cambiare la tua vita

128 pp. - 17 x 22 - Illustrato
Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-592-6

Diade è un semplice metodo di comunicazione consapevole. Praticando questo metodo è possibile arrivare a una purificazione della struttura mentale e della sfera emozionale, che lascia un grande senso di soddisfazione e favorisce relazioni più profonde.



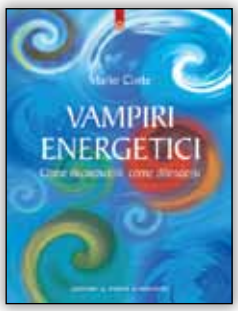
Mireille Bourret

AMICIZIE TOSSICHE

Come riconoscerle e trasformarle positivamente

128 pp. - 14 x 21 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-858-3

Ti sarà capitato di trovarti invischiato in amicizie malsane, poco equilibrate nel dare e nel ricevere e nelle quali si innescano meccanismi basati sulla gelosia, la frustrazione o i sensi di colpa. Sono relazioni che, se non sei in grado di riconoscerle, possono diventare "velenose".



Mario Corte

VAMPIRI ENERGETICI

Come riconoscerli, come difendersi

256 pp. - 17 x 22 - Euro 14,00
ISBN 978-88-8093-325-0

Un manuale per imparare a riconoscere il vampirismo psicoenergetico e a difendersi in modo efficace. Un viaggio alla scoperta di sconcertanti dimensioni della realtà quotidiana che rivelano quanto questo fenomeno sia diffuso.

Safi Nidiaye

USA IL CUORE, NON LA TESTA

Aprirsi alle emozioni per ottenere libertà, gioia e pace

256 pp. - 14 x 21,5 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-796-8

Se apri il tuo cuore, se lasci spazio al flusso delle emozioni, tutto inizia a scorrere in maniera più semplice. *Usa il cuore, non la testa* indica la strada per liberarti finalmente dalle ferite del passato, per fare chiarezza sui tuoi dubbi, per sconfiggere le tue paure.

BERNARD RAQUIN

Bernard Raquin

MAI PIÙ MANIPOLATI

Come smettere di farsi condizionare e affrontare la vita in piena libertà

128 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-441-7

Esistono diverse forme di manipolazione individuale e collettiva, tramite desiderio, paura, ricatto, promessa, adulazione, senso di colpa. Riconoscerle, distinguerle e difenderci dalla manipolazione e da chi la pratica, a volte in modo inconsapevole.

Bernard Raquin

SCEGLIERE LE PROPRIE EMOZIONI

Per risolvere i conflitti interiori

128 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-553-7

Vivere le emozioni rende l'esistenza intensa, a condizione di non cedere loro i comandi. Spesso le ci aiutano a prendere decisioni e ci permettono di risolvere conflitti interiori, influenzano la nostra idea di felicità e le direzioni che prendiamo.

PIERRE PRADERVAND

Pierre Pradervand

LA FELICITÀ SI IMPARA

La via del cuore

104 pp. - 11 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-435-6

La felicità è una sorta di dono che la vita elargisce a chi vive in armonia con le sue leggi ed è perciò possibile conquistare.

Dello stesso autore a pagina 15
La rivoluzione gentile

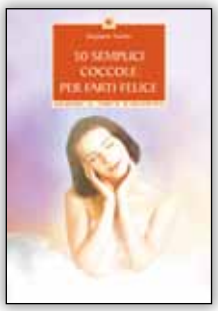
Pierre Pradervand

MAI PIÙ VITTIMA

Scegliere di essere responsabili della propria vita per trovare la felicità

112 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-444-8

Efficaci suggerimenti per smettere di sentirci oppressi dagli obiettivi imposti dalla società.



Stephanie Tourles

50 SEMPLICI COCCOLE PER FARTI FELICE

Una guida per rilassarvi, ringiovanire e prendervi cura di voi stessi

160 pp. - 11 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-364-9

Facili modi per dedicare un po' di tempo al benessere psicofisico. Piccoli rituali e piccoli trucchi per vivere meglio.

ARDEN MOORE

Arden Moore

50 SEMPLICI COCCOLE PER FAR FELICE IL TUO GATTO

182 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-424-0

Volete coccolare e viziare il vostro gatto? Trattarlo in modo così regale che vi rimarrà fedele per sempre? Grazie a questo libro imparerete a interpretare il linguaggio felino in tutte le sue sfumature.

Arden Moore

50 SEMPLICI COCCOLE PER FAR FELICE IL TUO CANE

180 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-392-2

Un manuale divertente e facile per gli amici dei cani. Idee semplici, divertenti e naturali per mantenere in perfetta salute il "migliore amico dell'uomo".

Della stessa autrice a pagina 68:
50 semplici coccole per il tuo bebé

NOVITA'

Manlio Castagna e Roberto Mucelli

IO E IL CANE

Tutto quello che avresti voluto sapere sul tuo cane e non hai mai osato chiedere, pensare o sognare

E SE POTESSI CONOSCERE MEGLIO IL LINGUAGGIO DEL TUO CANE E AVERE L'OPPORTUNITÀ DI GUARDARE IL TUO AMICO A QUATTRO ZAMPE CON I SUOI OCCHI?

240 pp. illustrato - 14 x 21 - Euro 12,90 - ISBN 978-88-6820-129-6

Scritto in forma di dialogo emotivo, scientifico e ironico tra Manlio Castagna (regista, scrittore, esperto di comunicazione) e Roberto Mucelli (psicoterapeuta, istruttore cinofilo e allevatore di Border Collie), *Io e il cane* ti offre l'opportunità di rispondere a molte domande e ti mostra come un rapporto profondo con il cane sia fonte di benessere. In Italia una famiglia su quattro convive con un cane. Eppure corriamo ancora il rischio di conoscere poco sulla relazione speciale che ci lega al nostro plurimillenario compagno di vita. Riconoscerne l'alterità, non fermarsi alla sua utilità affettiva, sportiva e lavorativa significa scoprire un mondo nuovo, ricco di sentimenti, emozioni, intelligenza e comunicazione.

Dello atesso autore, a pagina 54: ***Pronto soccorso cinematografico per cuori infranti***

Kate Figes

AMORE, FEDELTÀ, BUGIE E TRADIMENTO

Come vivere bene le relazioni e sopravvivere a crisi e rotture

256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-058-9

La fedeltà ha lo stesso significato per tutti? Perché alcune persone tradiscono e altre no? Attraverso testimonianze narrate da chi ha tradito e da chi ha subito un tradimento, Kate Figes affronta le domande fondamentali sull'amore e sulla vita di coppia, esamina la monogamia e ciò che essa rappresenta, e offre illuminanti soluzioni per gestire l'infedeltà sessuale e ritrovare la serenità. Superando tabù e censure, *Amore, fedeltà, bugie e tradimento* va dritto al punto e risponde a tutte le domande che non avremmo mai osato fare sulla fedeltà, gli inganni e come uscire indenni da un rapporto andato in frantumi.

"Coinvolgente come un bel romanzo, stimolante come una chiacchierata a cuore aperto con una vecchia e fidata amica".

– Melissa Benn,
New Statesman for Couples

Sabine Asgodom

AMA! LIBERA E SENZA FRENI

Per donne con il coraggio di vivere i loro sogni

224 pp. - 14 x 21,5 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-639-8

Questo libro segue le tracce dell'amore, incredibile sentimento di protezione e di accettazione. Un testo che racconta situazioni esemplari di come l'amore nasce e di come lo possiamo riaccendere, anche dopo molti anni.

Rosario Alfano

MANUALE PER DONNE LASCIATE

Come uscire in fretta e senza danni da una storia finita

208 pp. - 14 x 21,5 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-648-0

Un metodo pratico ed efficace per aiutarti a evitare gli errori tipici in cui le donne incorrono quando vengono lasciate e per rientrare in contatto con la parte più forte, luminosa e positiva di te stessa.

Altre opere di Alfano a pagina 21

Marie-Chantal Deetjens

DIRE BASTA ALLA DIPENDENZA AFFETTIVA

Imparare a credere in se stessi

192 pp. - 17 x 22 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-629-9

Dipendenza affettiva significa appoggiarsi all'altro per colmare un senso di vuoto, perdendo il rispetto, l'amore e la fiducia in se stessi, finendo per vivere principalmente dell'attenzione dell'altro. Marie-Chantal ci spiega come uscirne.

Bénédicte Ann

AUTODIAGNOSI AMOROSA

Fare le scelte giuste in amore

224 pp. - 14 x 21 - Euro 11,90
ISBN 978-88-6820-076-3

Vuoi davvero capire da dove nascono le tue difficoltà a trovare l'anima gemella o a gestire la tua relazione? Preziosi consigli pratici, nati dalla lunga esperienza di consulente dell'autrice, ti permetteranno di far luce sui tuoi blocchi evitando il rischio di lunghi e costosi anni di terapia.

E. Vignali, S. Muraro, A. Mantovani

I QUATTRO PASSI

Per creare una relazione felice nella coppia, in famiglia e nel lavoro

160 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-672-5

Un percorso studiato per favorire il risveglio dell'intelligenza del cuore e vivere relazioni basate sulla fiducia e sull'amore, per riscoprire la bellezza e il valore dei rapporti e per creare uno spazio di autentica intimità.

Manlio Castagna

PRONTO SOCCORSO CINEMATOGRAFICO PER CUORI INFRANTI

70 film per scoprire quanto il cinema faccia bene, anche all'amore

256 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-877-4

Ogni mal d'amore ha la sua cura, ogni ammaccatura del cuore può essere sistemata da un buon film che indica la strada più efficace per guarire.

A pagina 53
Io e il cane

David Givens

SEGNALI D'AMORE

Quello che conta è ciò che l'altro non dice Guida pratica al linguaggio del corteggiamento

256 pp. - 14 x 21,5 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-653-4

Conoscere il vocabolario silenzioso dell'amore dona un vantaggio in più e aumenta le possibilità di trovare il partner che cercate. Una guida per imparare a leggere uno sguardo dall'altra parte di una stanza, a sedersi, alzarsi, camminare, vestirsi o sollevare un drink, e molto di più.

Maria Cristina Strocchi

LA COPPIA CHE SCOPPIA

Come prevenire e curare le crisi nelle relazioni sentimentali

144 pp. - 14 x 21,5 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-619-0

La coppia che scoppia offre un aiuto nella scelta del partner più adatto. Insegna a far durare i rapporti in modo soddisfacente, è una valida guida per lasciare nel modo più corretto e meno doloroso il coniuge, superare il trauma dell'abbandono e affrontare in modo sereno la gestione dei figli.

Yvon Dallaire

DOPO I 50...

Come infondere nuovo significato e impulso alla sessualità dell'uomo oltre lo stress e l'avanzare dell'età

128 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-671-8

Arthur Jeon

SESSO, AMORE E DHARMA

Trovare l'amore senza perdere la testa

272 pp. - 14 x 21,5 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-557-5

David Deida

MANUALE DEL SESSO ILLUMINATO

Insegnamenti per amanti superiori

192 pp. - 17 x 22- Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-612-1

Emiliano Toso

IL PIACERE SENZA STRESS

Come superare l'ansia da prestazione sessuale

200 pp. - 12 x 17 - Euro 8,90
ISBN 978-88-8093-499-8

Il piacere senza stress è un invito a conoscere meglio la natura e le cause dell'ansia da prestazione sessuale. Ne illustra inoltre le conseguenze e spiega perché alcune persone ne soffrono e altre no.

Gloria Tate

AMARE SENZA SOFFRIRE

Guida all'"amore intelligente"

144 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-368-7

Un testo agile e appassionante, che risponde a domande che stanno letteralmente "a cuore" a tutti: "Perché l'amore fa soffrire?"; "Perché rende gelosi e, talvolta, persino violenti?"; "Cos'è l'amore?"; "Esiste veramente?". Per superare davvero i problemi creati da quello che comunemente chiamiamo amore, è necessario arrivare a comprendere l'"amore intelligente".

YVES-ALEXANDRE THALMANN

Yves-Alexandre Thalmann

AMORE A PRIMA SVISTA

Come liberarsi dagli errori ricorrenti in amore

128 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-605-3

Un testo pratico, chiaro e correlato da esempi nei quali single o coppie potranno riconoscersi. I fallimenti sentimentali, le rotture o i divorzi non sono mai facili da accettare e superare, ma quando si ripetono, gli effetti sulla stima di sé si rivelano ancor più deleteri.

Yves-Alexandre Thalmann

L'AMORE DOPO UN BEBÈ

Essere genitori senza smettere di essere amanti

128 pp. - 12 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-655-8

Il passaggio da innamorati a genitori è una rivoluzione nella coppia. Stanchi, stressati, monopolizzati dai figli, c'è sempre meno voglia e tempo per coccole piccanti. Esistono però diversi metodi per mantenere e soprattutto ravvivare la fiamma.

J. Weiss e S. Schott

IL PARTNER SULLA PORTA

5 regole semplici ma efficaci per trovare il compagno ideale

160 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-505-6

Jeannette Weiss ci insegna a trovare il partner adatto, facendo piazza pulita delle false opinioni sulla bellezza e il sex appeal, insegnando ad affrontare la vita sentimentale senza timori.

Virginia Clarke

SAPER AMARE INTELLIGENTEMENTE

Come trasformare il rapporto di coppia in una fonte di benessere

160 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-426-4

Una guida pratica, preziosa e appassionante, propone un nuovo atteggiamento nei confronti dei sentimenti, per chiunque sia stanco di soffrire e di ripetere gli stessi schemi distruttivi nei propri rapporti.

Brenda Shoshanna

LO ZEN E L'ARTE DI INNAMORARSI

320 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-474-5

Una psicologa rivela come recuperare il romanticismo combinando la comprensione psicologica dei rapporti personali con la saggezza pratica dello Zen. Le lezioni impartite ci aiutano ad affrontare i comuni problemi di coppia: fraintendimenti, bugie, gelosia, insicurezza.

A pagina 51: *I 7 principi della serenità*

Esplorazioni nel mondo sciamanico e in antiche culture

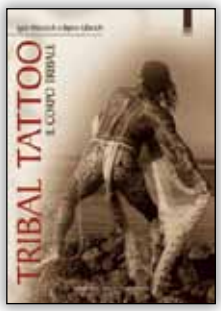
Henri Gougaud

LE SETTE PENNE DELL'AQUILA

La vita straordinaria di uno sciamano alla scoperta di sé

272 pp. - 14 x 21,5 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-614-5

Luis, il protagonista del libro, non è un personaggio da romanzo, ma un uomo reale, nonché un potente sciamano. Semplicemente preferisce l'anonimato e ha scelto di parlare attraverso la scrittura di un autore del calibro di Henri Gougaud.



I. Warneck e B. Ulbrich

TRIBAL TATTOO

Il corpo tribale
Oltre 300 illustrazioni e fotografie

160 pp. - 20 x 29 - Illustrato
Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-476-9

Tribal Tattoo è un viaggio affascinante alla scoperta del tatuaggio tribale tradizionale, arcaico e moderno, accompagnato da oltre 300 fotografie e disegni originali.

TIZIANA MATTERA

BESTSELLER

Tiziana Mattera

LE CARTE DELLE DRIADI

Gli spiriti degli alberi guaritori

256 pp. - 13 x 19 - Illustrato
44 carte a colori - Euro 16,90
ISBN 978-88-8093-615-2

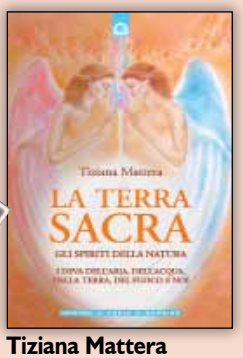
La poesia e la saggezza della Natura catturate in 44 splendide carte.

Tiziana Mattera

LE CARTE DEGLI ELFI

Tuatha na Sidhe
I doni del Popolo Fatato

256 pp. - 11 x 17 - Illustrato
con 55 carte a colori - Euro 16,00
ISBN 978-88-8093-259-8



Tiziana Mattera

LA TERRA SACRA

Gli spiriti della natura
I Deva dell'Aria, dell'Acqua, della Terra, del Fuoco e noi

240 pp. - 14 x 21,5 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-545-2

Vusamazulu Credo Mutwa

IL CANTO DELLE STELLE

La saggezza di uno sciamano zulù

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 13,94
ISBN 978-88-8093-118-8

Claudia Morrison

AMULETI E TALISMANI

Come riconoscerli, crearli e utilizzarli

192 pp. - 12 x 17 - Euro 8,90
ISBN 978-88-8093-394-6

Nicki Scully

ANIMALI DI POTERE

Viaggi sciamanici con i nostri alleati spirituali

256 pp. - 17 x 22 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-358-8

Marguerite Elsbeth

CRISTALLI DI POTERE

Attivare l'energia guaritrice delle forze della natura

256 pp. - 17 x 22 - Illust. a colori
Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-215-4

Heike Owusu

I SIMBOLI DEGLI INDIANI D'AMERICA

L'essenza della tradizione pellerossa

320 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-156-0

Heike Owusu

I SIMBOLI MAYA, INCA E AZTECHI

288 pp. - 11 x 17 - Illustrato
Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-294-9

Sabine Heinz

I SIMBOLI DEI CELTI

Il fascino magico di un popolo straordinario

304 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-161-4

Felicitas H. Nelson

SIMBOLI DI POTERE

Amuleti e talismani di tutto il mondo

288 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-207-9

FLORINDA DONNER

"FLORINDA E IO SIAMO STATI PLASMATI DALLE STESSE FORZE... COME GUERRIERO, NON POSSO FARE A MENO DI PROVARE UN SENSO DI AMMIRAZIONE E DI RISPETTO PER FLORINDA. IN SOLITUDINE E OPPOSTA A TERRIBILI OSTACOLI, HA MANTENUTO LA SUA EQUANIMITÀ, È RIMASTA FEDELE ALLA VIA DEL GUERRIERO E HA ESEGUITO ALLA LETTERA GLI INSEGNAMENTI DI DON JUAN".

– CARLOS CASTANEDA

Florinda Donner

ESSERE NEL SOGNO

Prefazione di Carlos Castaneda

320 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-032-7

Descrive l'addestramento per sviluppare l'attenzione di sogno a un grado straordinario.

Florinda Donner

SHABONO

Viaggio nel magico mondo della foresta amazzonica

288 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-069-3

Miti primitivi e rituali segreti di un popolo che sta scomparendo.

Florinda Donner

IL SOGNO DELLA STREGA

La via di una guaritrice verso la conoscenza

Prefazione di C. Castaneda

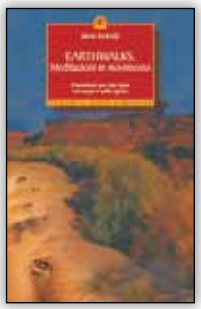
272 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-087-7

Sarangerel Odigan

I CAVALLI DEL VENTO

Guarigione, protezione e divinazione nel magico mondo di una sciamana della Mongolia

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 13,50
ISBN 978-88-8093-244-4



James Endredy

EARTHWALKS, MEDITAZIONI IN MOVIMENTO

Camminare per stare bene nel corpo e nello spirito

192 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-382-3

CARLOS CASTANEDA e gli stregoni dell'antico Messico

Norbert Classen

CARLOS CASTANEDA E I GUERRIERI DI DON JUAN

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 13,94
ISBN 978-88-8093-122-5

Insegnamenti che descrivono la nostra eredità magica.

Norbert Classen

LA SAGGEZZA DEI TOLTECHI

Carlos Castaneda e la filosofia di don Juan

288 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-193-5

Classen mette per la prima volta a disposizione dei lettori la teoria e le applicazioni pratiche dell'insegnamento tolteco. Mettendo a fuoco il nagualismo nella sua interezza, quest'opera mette in dubbio la nostra visione del mondo.

Taisha Abelar

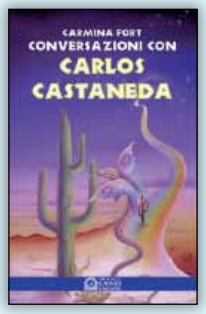
IL PASSAGGIO DEGLI STREGONI

Viaggio di una donna

Prefazione di Carlos Castaneda

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 14,00
ISBN 978-88-8093-038-9

L'incontro misterioso con i discendenti di un'antica tradizione sciamanica e l'addestramento straordinario da essi impartito a un'apprendista riluttante. Il libro porta il marchio dello stupendo addestramento nell'arte dell'agguato.



Carmina Fort

CONVERSAZIONI CON CARLOS CASTANEDA

144 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 10,85
ISBN 978-88-8093-029-7

Castaneda spiega che la stregoneria non è superstizione, bensì conoscenza.

Maria Capaldi

OLTRE I LIMITI DEL CORPO

Il sogno del nagual e il corpo energetico nell'esperienza di Carlos Castaneda

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 14,98
ISBN 978-88-8093-284-0

Ristabilire un contatto con l'essere magico racchiuso in tutti noi; un'analisi delle tecniche di Castaneda.
Un lavoro che nasce dalla volontà di rilettura antropologica dei testi di Castaneda.

Victor Sanchez

IL SENTIERO TOLTECO DELLA RICAPITOLAZIONE

Guarire il passato per liberare l'anima

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 13,00
ISBN 978-88-8093-330-4

VIDEOCASSETTE

LA TENSEGRITÀ DI CARLOS CASTANEDA

Dimostrazione pratica in lingua originale e opuscolo con traduzione in italiano

***Ridistribuire l'energia dispersa*, Vol. 2**
32 pp. + VHS 60 min.
Euro 25,31
ISBN 978-88-8093-46-X

***Passare energeticamente da una fibra di energia a un'altra*, Vol 3**
32 pp.+VHS da 90 min.
Euro 25,31
ISBN 978-88-8093-064-8

NUOVA EDIZIONE

Monte Farber

KARMA CARDS

Guida astrologica al tuo futuro

128 pp. - 12 x 17 - illustrato - 36 carte a colori - Euro 14,90
ISBN 978-88-6820-018-3

Vuoi sapere cosa ti riserva la vita sentimentale, quali prospettive avrai nel lavoro o quale sarà la tua situazione economica? Puoi trovare la risposta a tutte le tue domande in questo mazzo di carte straordinario.
Oltre mezzo milione di copie vendute e tradotto in 14 lingue.

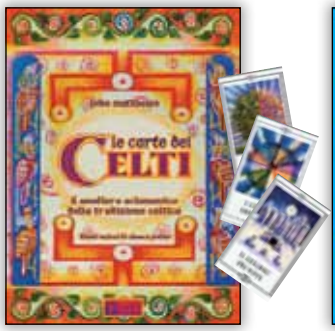
Philip e Stephanie Carr-Gomm

L'ORACOLO DEI DRUIDI

Lavorare con gli Animali Sacri della tradizione celtica

176 pp. - 11 x 17 - 33 carte
Euro 15,00
ISBN 978-88-8093-287-1

La saggezza del mondo animale tratta dagli antichi insegnamenti druidici è una fonte di grande potere, conoscenza e intuizione.



John Matthews

LE CARTE DEI CELTI

Il sentiero sciamanico della tradizione celtica

224 pp. - 17 x 23 - Illustrato
40 carte - Euro 23,24
ISBN 978-88-8093-144-7

Le carte dei Celti consentono di esplorare il cosmo sciamanico, altrimenti inaccessibile al cercatore moderno, operando in armonia col mondo della natura, gli elementi e gli spiriti.

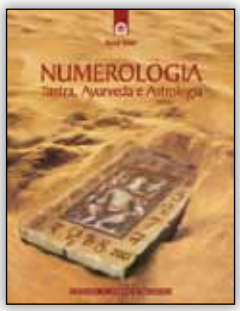
Guido Rossetti e Anna Ogier

LE CARTE DEI NUMERI

I segreti della numerologia

352 pp. - 12 x 17 - 26 carte
Euro 16,50
ISBN 978-88-8093-556-8

Un valido strumento d'indagine per comprendere il significato e il potere dei numeri, attraverso una esposizione pratica e chiara e l'ausilio di 26 carte illustrate a colori. Gli autori ci accompagnano inoltre in un viaggio nella simbologia degli archetipi e nella psicologia transpersonale.



Harish Johari

NUMEROLOGIA

Tantra, Ayurveda e Astrologia

240 pp. - 17 x 22 - Illustrato
Euro 15,00
ISBN 978-88-8093-026-6

Tramite la numerologia si possono esplorare tutti gli aspetti della vita, permettendo dunque una migliore comprensione dei tratti caratteriali che contraddistinguono noi stessi e gli altri. Essa inoltre ci mette in grado di individuare le nostre debolezze e i nostri punti di forza.

Di Johari, pagg. 42 e 65
Massaggio ayurvedico
e L'essenza del tantra

René Brunin

LA TUA MANO PARLA

I segreti della chiromanzia

Un metodo rivoluzionario di autointerpretazione

192 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-720-3

L'interpretazione delle linee della mano risale all'antichità ed è presente in tutte le tradizioni della terra. A metà strada tra scienza e arte, la chiromanzia rivela il carattere, le attitudini, la struttura fisica e psichica e le potenzialità che si esprimeranno nel destino della persona.

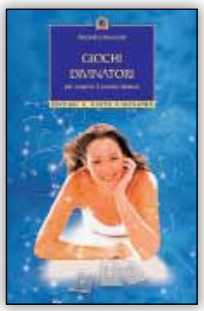
Conte Louis Hamon

CHEIRO

Memorie di un grande veggente: l'autobiografia di un infallibile chiromante

352 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 13,94
ISBN 978-88-8093-158-4

Cheiro, memorie di un grande veggente è un avvincente libro che ci permette ora di conoscere meglio questo intrigante personaggio attraverso la lettura delle sue memorie, raccontate in forma di chiacchierata informale.



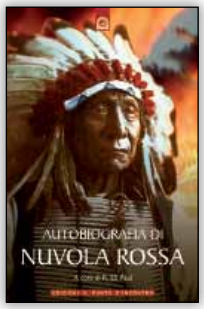
Alexandra Beaumont

GIOCHI DIVINATORI

per scoprire il proprio destino

160 pp. - 11 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-404-2

4 giochi divinatori di antiche origini (geomanzia, quadrato magico di Hermes, losanga di Afrodite, dama simbolica) per prevedere il futuro e risponde a domande importanti in modo pratico e scoprire cosa ci aspetta.



A cura di R. Eli Paul

AUTOBIOGRAFIA DI NUVOLA ROSSA

208 pp. - 14 x 21,5
Illustrato - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-544-5

Gli anni della giovinezza di Nuvola Rossa, come li narrò lui stesso a un amico dalla pelle bianca negli anni ' 90 del 1800.
I ricordi vividi e avvincenti di uno dei più famosi capi lakota. – ***Alvin M. Josephy***

BESTSELLER

Bear Heart e Molly Larkin

IL VENTO È MIA MADRE

Vita e insegnamenti di uno sciamano pellerossa

264 pp. - 14 x 21,5 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-089-1

Bear Heart rivela che la saggezza tradizionale delle tribù rappresenta un prezioso strumento di guarigione emotiva e spirituale.

Dopo 60 anni racconta la sua storia incredibile. Una rara combinazione di applicazioni pratiche e verità universali. La testimonianza di una vita vissuta così intensamente che la sola lettura del suo libro può trasformare le persone.

Le opere pubblicate in questa collana sono state realizzate nell'ambito del progetto "Saggezza Pellerossa"*, che contribuisce a diffondere la cultura e i profondi insegnamenti degli Indiani d'America, affinché il patrimonio spirituale della Nazione Pellerossa possa essere condiviso da tutta la Grande Nazione degli Uomini.*

MITAKUYE OYASIN

Siamo tutti fratelli
(saluto rituale lakota)

SAGGEZZA PELLEROSSA

Una trilogia di grande successo di K. Recheis e G. Bydlinski, con fotografie di E. S. Curtis. Tre raccolte sulla saggezza e la spiritualità degli Indiani d'America. Opere che testimoniano il profondo amore e il grande rispetto che il Popolo Pellerossa nutre per la vita in tutte le sue manifestazioni.

KÄTHE RECHEIS & GEORG BYDLINSKI

BESTSELLER

FIGLI DEL GRANDE SPIRITO

La visione degli Indiani d'America

160 pp. - 17 x 22 - Euro 12,95
ISBN 978-88-8093-078-5

BESTSELLER

SAI CHE GLI ALBERI PARLANO?

La saggezza degli Indiani d'America

144 pp. - 17 x 22 - Euro 12,95
ISBN 978-88-8093-008-2

BESTSELLER

AMICIZIA CON LA TERRA

La via degli Indiani d'America

144 pp. - 17 x 22 - Euro 12,95
ISBN 978-88-8093-009-9

JOSEPH M. MARSHALL III

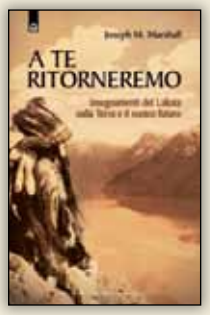
Joseph M. Marshall III

IN CAMMINO CON UN SAGGIO PELLEROSSA

La conoscenza degli anziani Lakota

128 pp. - 14 x 21,5- Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-608-4

Marshall rivela gli insegnamenti tramandatigli da suo nonno e rende accessibili preziose conoscenze.



Joseph M. Marshall III

A TE RITORNEREMO

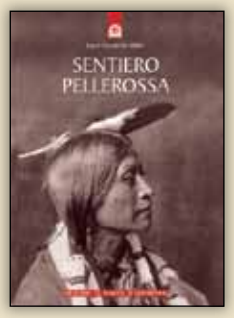
Insegnamenti dei Lakota sulla Terra e il nostro futuro

128 pp. - 14 x 21,5 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-847-7

Una combinazione di aneddoti personali, eventi storici e racconti inediti.

Dello stesso autore a pag. 22:
Il potere del quattro

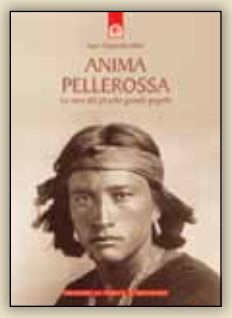
JOYCE SEQUICHIE HIFLER



Joyce Sequichie Hifler

SENTIERO PELLEROSSA

400 pp. - 12 x 17 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-489-9

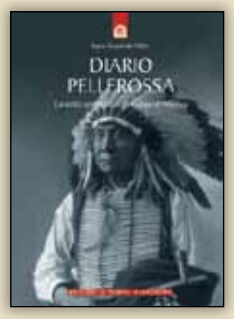


Joyce Sequichie Hifler

ANIMA PELLEROSSA

La voce del piccolo grande popolo

400 pp. - 12 x 17 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-344-1



Joyce Sequichie Hifler

DIARIO PELLEROSSA

L'eredità spirituale degli Indiani d'America

384 pp. - 12 x 17 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-124-9

Mary Dean Atwood

SPIRIT HEALING

Le straordinarie pratiche di guarigione spirituale della tradizione pellerossa

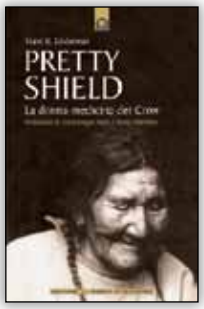
256 pp. - 14 x 21,5 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-595-7

Thomas Mails

FOOLS CROW, SAGGEZZA E POTERE

Le conoscenze di un grande uomo-medicina

256 pp. - 13 x 21,6 - Euro 13,94
ISBN 978-88-8093-220-8

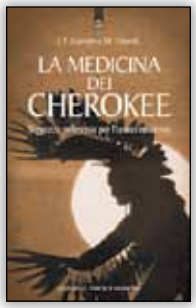


Frank B. Linderman

PRETTY SHIELD

La donna-medicina dei Crow

176 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-665-7



Jasper T. e Michael Garrett

LA MEDICINA DEI CHEROKEE

Saggezza pellerossa per l'uomo moderno

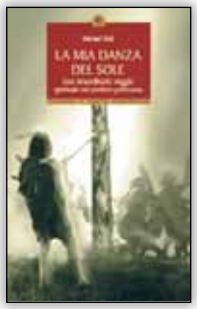
208 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 12,91
ISBN 978-88-8093-104-1

Henry Niese

L'UOMO CHE CONOSCEVA LA MEDICINA

L'antica saggezza dei Sioux negli insegnamenti di Penna d'Aquila

240 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-422-6



Michael Hull

LA MIA DANZA DEL SOLE

Guarigione e trasformazione spirituale lungo la Via Rossa

224 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 13,00
ISBN 978-88-8093-253-6

Wa-Na-Nee-Che e B. Fitzpatrick

ASCOLTANDO IL GRANDE SPIRITO

Alle sorgenti dell'antica conoscenza

224 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-262-8

A cura di Vittoria De Santis

DIECI GRANDI CAPI

La saggezza delle loro parole

224 pp. - 12 x 17 - Illustrato
Euro 8,90
ISBN 978-88-8093-439-4

Ed McGaa Eagle Man

LA SPIRITUALITÀ DELLA MADRE TERRA

Riti di potere e cerimonie sacre degli Indiani d'America

304 pp. - 17 x 22 - Euro 13,94
ISBN 978-88-8093-199-7

Harvey Arden

NOBILE UOMO ROSSO

Il mondo straordinario di un saggio lakota

128 pp. - 11 x 17 - Euro 7,00
ISBN 978-88-8093-337-3

Chokecherry Gall Eagle

OLTRE LA CAPANNA DEL SOLE

I misteri segreti del sentiero pellerossa

192 pp. - 14 x 21,5 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-119-5

Heike Owusu

I SIMBOLI DEGLI INDIANI D'AMERICA

L'essenza della tradizione pellerossa

320 pp. - 12 x 17 - Illustrato
Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-156-0

Pete S. Catches

FUOCO SACRO

La vita esemplare e la saggia visione di uno degli ultimi Uomini-Medicina dei Lakota

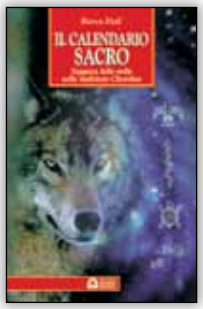
200 pp. - 13,5 x 21,60
Illustrato - Euro 12,50
ISBN 978-88-8093-328-1

A cura di Judie e Michael Bopp, Lee Brown e Phil Lane

LO SPIRITO DELL'ALBERO SACRO

Guarigione e trasformazione nella visione degli Indiani d'America

112 pp. - 22 x 17 - Euro 7,75
ISBN 978-88-8093-070-9

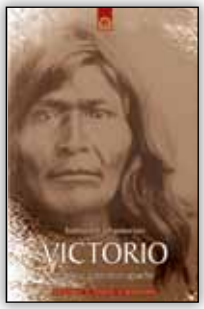


Raven Hail

IL CALENDARIO SACRO

Saggezza dalle stelle nella tradizione dei Cherokee

192 pp. - 11 x 17 - Euro 7,75
ISBN 978-88-8093-288-8

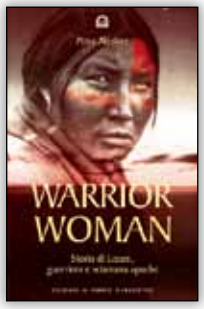


Kathleen P. Chamberlain

VICTORIO, CAPO E GUERRIERO APACHE

256 pp. - 14 x 21,5
Illustrato - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-669-5

Fermo difensore della propria gente durante le guerre contro gli invasori, leader pragmatico e uomo profondamente spirituale, Victorio dopo la guerra civile lottò per i bisogni materiali, fisici e spirituali dei nativi contro le ostinate decisioni sbagliate di Washington.



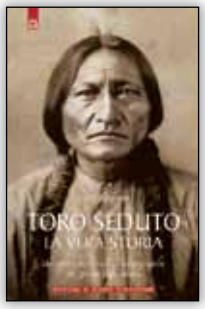
Peter Aleshire

WARRIOR WOMAN

Lozen, guerriera e sciamana apache

320 pp. - 14 x 21,5 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-691-6

La storia di Lozen, leader spirituale, sciamana e guerriera micidiale a fianco di Geronimo, Cochise e Victorio nei più sanguinosi conflitti delle guerre apache. I poteri soprannaturali che il dio Ussen le aveva conferito per scoprire in che direzione e a che distanza si trovava il nemico.



Ernie La Pointe

TORO SEDUTO

La vera storia
Un testo inedito dal pronipote del grande capo lakota

160 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-722-7

Per la prima volta la storia di Toro Seduto viene raccontata da un suo diretto discendente, che ci svela i racconti di famiglia e i ricordi che gli sono stati trasmessi sul suo bisnonno.

Jason Betzinez

HO COMBATTUTO CON GERONIMO

La straordinaria testimonianza di un guerriero apache

256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-063-3

L'affascinante storia di un Apache che percorre un cammino ricco di eventi e colpi di scena, sullo sfondo di una sconfinata libertà tra montagne e praterie. Cugino del grande Geronimo, Betzinez rivive i suoi anni sul sentiero di guerra con il capo apache, descrivendo la vita quotidiana nell'accampamento, fino al reinsediamento in Arizona. Sopravvissuto a eventi difficili al fianco di Geronimo, Betzinez racconta la vita nelle terre aride, le guerre, i conflitti contro le tribù rivali, ma anche le sfrenate corse a cavallo e le battute di caccia. Ridimensionando la stereotipata immagine cinematografica degli Apache, *Ho combattuto con Geronimo* fa luce sulla cultura apache, su come questo popolo sia stato derubato della propria terra con l'inganno, sui pregiudizi seminati ad arte e sulle complesse relazioni con messicani e angloamericani.

JAMIE SAMS

Capo Archie Fire Lame Deer ed Helene Sarkis

LE CARTE LAKOTA DELLA CAPANNA DI PURIFICAZIONE

Insegnamenti spirituali dei Sioux

192 pp. - 11 x 17 - Euro 16,50
50 carte a colori
ISBN 978-88-8093-421-9

Un percorso di guarigione spirituale che tiene in contatto con lo spirito e aiuta a ristabilire equilibrio e armonia con la Terra e i suoi abitanti.

Jamie Sams

LE CARTE DEL SENTIERO SACRO

La scoperta di sé attraverso la saggezza degli Indiani d'America

320 pp. - 11 x 17
Illustrato - Euro 16,90
con 44 carte a colori
ISBN 978-88-8093-525-4

Un sistema straordinario distilla la saggezza degli insegnamenti originali tramandati dagli uomini-medicina.

Jamie Sams

IL LIBRO DEL SENTIERO SACRO

Nuovi insegnamenti e strumenti per illuminare il vostro cammino

256 pp. - 11 x 17 - Illustrato
Euro 9,30
ISBN 978-88-8093-229-1

Nuove utili informazioni per il lavoro di indagine e per esaminare i vari aspetti del Sentiero Sacro applicabili agli stili di vita di oggi.

Jamie Sams

DANZARE IL SOGNO

I sette sentieri sacri della trasformazione umana

320 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 14,00
ISBN 978-88-8093-192-4

Danzare il sogno illumina il sentiero dell'iniziazione attraverso le difficoltà e le opportunità che la vita ci offre. A ciascuno dei sette sentieri sacri è dedicato un capitolo.

Jamie Sams

LA RUOTA DELLE LUNE

Meditazioni pellerossa per molte lune

416 pp. - 12 x 17 - Illustrato
Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-285-3

Le lezioni sullo sviluppo del potenziale umano contengono le doti che ognuno deve sviluppare per vivere in armonia con tutte le forme di vita e scoprire i propri talenti innati.

PAUL BRUNTON

Paul Brunton

INDIA SEGRETA

352 pp. - 14 x 21
Illustrato - Euro 14,00
ISBN 978-88-8093-015-0

Il volto nascosto dell'India, tra santi, fachiri, maghi e adepti dello Yoga. Una straordinaria avventura alla ricerca dell'antica saggezza culmina nell'incontro con Ramana Maharshi.
"La vita spirituale dell'India esiste ancora e ho cercato di fornirne un'autentica testimonianza". – P. Brunton

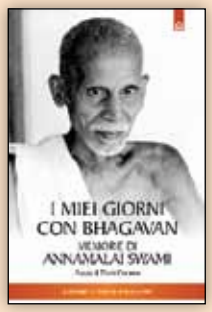
Paul Brunton

EGITTO SEGRETO

336 pp. - 13,5 x 21,6
Illustrato - Euro 13,94
ISBN 978-88-8093-074-7

Un viaggio tra misteri egizi, studiosi dell'occulto, eminenti capi spirituali e abili incantatori di serpenti. Brunton trascorre una notte all'interno della Grande Piramide dove, volontariamente ricettivo, è partecipe di una memorabile esperienza con un antico adepto.

ANNAMALAI SWAMI



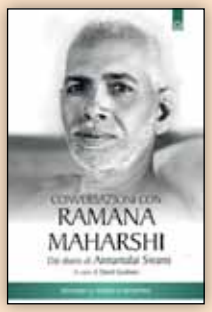
A cura di David Godman

I MIEI GIORNI CON BHAGAVAN

Memorie di Annamalai Swami

272 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-6820-073-2

Un resoconto vivido e ispirante sulla vita nell'ashram nei primi anni e sulle prove che Annamalai Swami dovette affrontare nel decennio che trascorse con Ramana Maharshi, uno dei più importanti maestri spirituali dell'India.



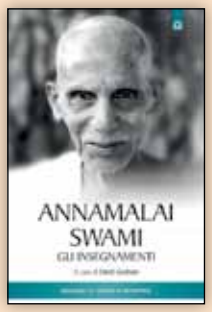
A cura di David Godman

CONVERSAZIONI CON RAMANA MAHARSHI

Dal diario di Annamalai Swami

128 pp. - 14 x 21 - Euro 8,90
ISBN 978-88-6820-075-6

Ramana Maharshi è stato uno dei maestri spirituali indiani più noti e amati del secolo scorso. Ciò che attraeva i visitatori era l'impressione di santità che immediatamente si provava in sua presenza.



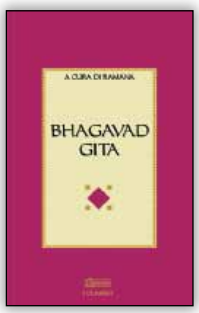
A cura di David Godman

ANNAMALAI SWAMI

Gli insegnamenti

144 pp. - 14 x 21 - Euro 9,90
ISBN 978-88-6820-071-8

Nel 1938 Annamalai Swami ricevette l'ordine dal suo guru di lasciare l'ashram e di trasferirsi in una capanna isolata per dedicarsi completamente alla pratica spirituale che, per la grazia di Bhagavan, lo avrebbe condotto a stabilizzarsi nella permanente realizzazione del Sé.



BHAGAVAD GITA

A cura di Ramana

256 pp. - 14 x 21 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-031-0

Un tesoro che trascende il tempo: molti grandi esseri hanno realizzato il loro splendore interiore praticandone gli insegnamenti.
"Se le tragedie che hanno costellato la mia vita non hanno lasciato cicatrici, lo devo all'insegnamento ricevuto dalla Bhagavad Gita".
– Mahatma Gandhi

SRI TRIPURA RAHASYA

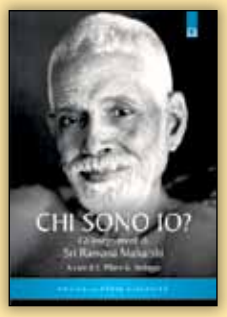
La Via della Conoscenza

A cura di Ramana

192 pp. - 14 x 21 - Euro 12,00
ISBN 978-88-8093-226-0

Lo Sri Tripura Rahasya è una Sacra Scrittura dell'India il cui grande merito è quello di esporre la Suprema Conoscenza in modo chiaro, sistematico e attraente, rendendo accessibile l'Inaccessibile a chiunque abbia una mente chiara.

SRI RAMANA MAHARSHI



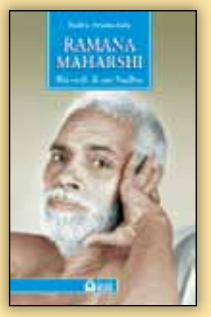
S. Pillai e G. Seshayya

CHI SONO IO?

Gli insegnamenti di Sri Ramana Maharshi

96 pp. - 12 x 17
Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-348-9

Una raccolta di domande e risposte riguardanti l'indagine sul Sé poste a Sri Ramana Maharshi, che ne approvò la pubblicazione, da alcuni cercatori che incontrarono il saggio a Tiruvannamalai, ai piedi della sacra collina di Arunachala.



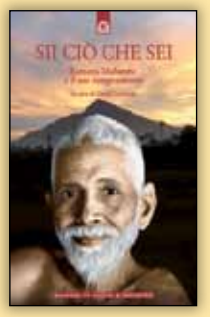
Sadhu Arunachala

RAMANA MAHARSHI

Ricordi di un Sadhu

152 pp. - 11 x 17
Euro 6,20
ISBN 978-88-8093-276-5

Ramana Maharshi è stato uno dei più importanti e amati santi dell'India moderna, famoso per il suo metodo di impartire gli insegnamenti soprattutto con il silenzio. Chadwick giunto in India nel '35, fu un testimone attento di ciò che avveniva in sua presenza.



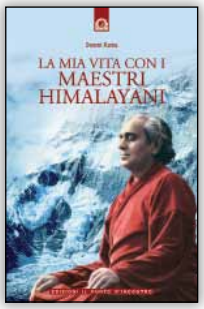
A cura di David Godman

SII CIÒ CHE SEI

Ramana Maharshi e il suo insegnamento

296 pp. - 14 x 21
Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-004-4

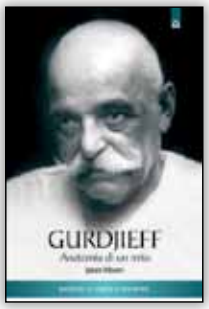
L'insegnamento di uno dei piú venerati saggi dell'India: le risposte che Ramana ci fornisce rappresentano preziosi "tasselli" che, uno accanto all'altro, vanno a comporre quel meraviglioso mosaico che è il nostro vero Sé.



Swami Rama

LA MIA VITA CON I MAESTRI HIMALAYANI

346 pp. - 14 x 21,5
Illustrato - Euro 16,90
ISBN 978-88-8093-165-2

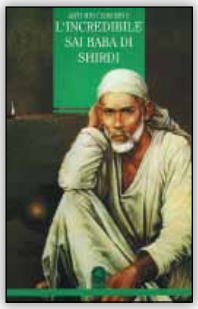


James Moore

GURDJIEFF

Anatomia di un mito

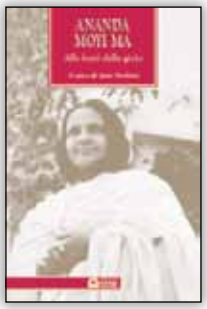
384 pp. - 13,5 x 21,6
Illustrato - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-126-1



Arthur Osborne

L'INCREDIBILE SAI BABA DI SHIRDI

144 pp. - 13,5 x 21 - Euro 10,85
ISBN 978-88-8093-006-8



A cura di Jean Herbert

ANANDA MOYI MA

Alle fonti della gioia

144 pp. - 11 x 17 - Euro 6,20
ISBN 978-88-8093-221-5

Madre Krishnabai

LA GRAZIA DEL GURU

Autobiografia di Madre Krishnabai

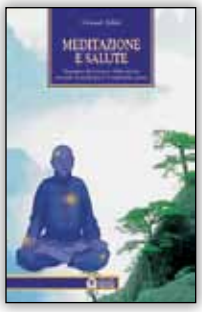
176 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-378-6

Franco Canteri e Andrea Bianetti

INTRODUZIONE ALLA MEDITAZIONE TRASCENDENTALE DI MAHARISHI

Una tecnica che dona felicità, salute, successo e realizzazione

128 pp. - 17 x 22 - Euro 10,85
ISBN 978-88-8093-065-5



Gérard Edde

MEDITAZIONE E SALUTE

Benessere del corpo e dello spirito secondo la medicina e le tradizioni cinesi

256 pp. - 11 x 17 - Euro 7,75
ISBN 978-88-8093-212-3

Thanavaro

MEDITARE FA BENE

Uno strumento universale per ritrovare benessere e pace

144 pp. - 17 x 22 - Euro 8,90
ISBN 978-88-8093-581-0

Baird T. Spalding

VITA E INSEGNAMENTI DEI MAESTRI DEL LONTANO ORIENTE

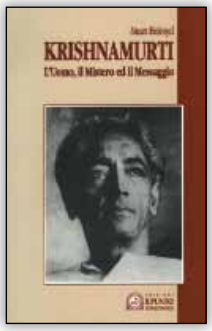
440 pp. - 14 x 21,5 - Euro 16,90
ISBN 978-88-8093-129-4

Ramiro A. Calle

IL SAGGIO DELLE MONTAGNE AZZURRE

Insegnamenti spirituali del bufalo sacro

192 pp. - 14 x 21,5 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-798-2



Stuart Holroyd

KRISHNAMURTI

L'uomo, il mistero e il messaggio

240 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 13,94
ISBN 978M893000135

Sri Ratan Lal

INDAGINE SULLA MENTE

Essere uno, essere tutto

144 pp. - 11 x 17 - Euro 6,97
ISBN 978-88-8093-200-0

NISARGADATTA MAHARAJ

NESSUNO NASCE, NESSUNO MUORE

Insegnamenti di Nisargadatta Maharaj

A cura di
Ramesh Balsekar

256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-935-1

SEMI DI CONSAPEVOLEZZA

La saggezza di Nisargadatta Maharaj

A cura di Jean Dunn

240 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-001-3

PRIMA DELLA COSCIENZA

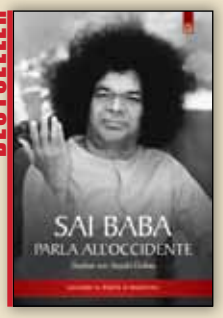
Ultime conversazioni con Sri Nisargadatta Maharaj

A cura di Jean Dunn

272 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-M-893000111

SRI SATHYA SAI BABA

BESTSELLER



Stephan von Stepski-Doliwa

SAI BABA PARLA ALL'OCCIDENTE

366 norme di vita quotidiana che illuminano l'animo e toccano il cuore

318 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-171-3

Rapporti di coppia, guarigione, spiritualità, religione, alimentazione, karma e rinascita rappresentano solo alcuni dei temi trattati nelle comunicazioni interiori dettate all'autore da Sri Sathya Sai Baba, confermate in seguito verbalmente.

Luigi Torchio

SAI BABA PARLA DI ALIMENTAZIONE E SALUTE

288 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-341-0

QUARTA EDIZIONE

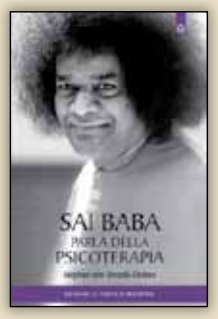
Un tentativo di unire scienza e misticismo per approfondire due argomenti di grande interesse per tutti (alimentazione e salute) secondo il pensiero di Sathya Sai Baba. Le sue parole, tratte da testi ufficiali, sono state scelte con cura, seguite da un commento scientifico dell'autore.

Stephan von Stepski-Doliwa

SAI BABA PARLA DEL MONDO E DI DIO

388 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-6820-130-2

"La vita è il migliore Maestro, ammesso che vi sia qualcuno pronto a capire correttamente le esperienze. Tutti commettono degli errori nella vita, ma ogni cosa può avere un esito positivo".
– Sathya Sai Baba

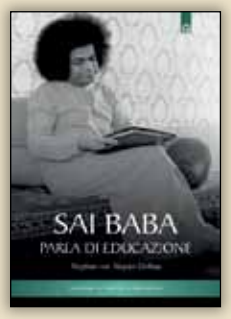


Stephan von Stepski-Doliwa

SAI BABA PARLA DELLA PSICOTERAPIA

344 pp. - 14 x 21 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-270-3

Esprimendosi su diverse forme di terapia, dalla PNL all'ipnosi e allo psicodramma, Sai Baba fa luce su questi approcci, definendo ciò che bisogna conoscere per valutare l'efficacia di una terapia e quello che un buon terapeuta deve evidenziare.



Stephan von Stepski-Doliwa

SAI BABA PARLA DI EDUCAZIONE

252 pp. - 14 x 21 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-379-3

L'educazione è primo passo per affidare il futuro in mano a uomini equilibrati. Che cosa devono dare i genitori ai figli? Come possono capirli, guidarli, porre i giusti limiti? Scopi e doveri della scuola e degli insegnanti.

Stephan von Stepski-Doliwa

SAI BABA PARLA DEI RAPPORTI DI COPPIA

416 pp. - 12 x 17 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-222-2

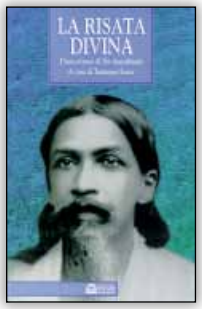
"Ci sono molti che vengono da Me regolarmente e seguono le regole spirituali che insegno, ma non sono sulla via giusta per quanto concerne i rapporti. Sarei lieto se prendessero molto sul serio questo libro".
– Sathya Sai Baba

Livia Lucchini

MÈRE

Un tuffo nell'Assoluto

128 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 9,30
ISBN 978-88-8093-081-8



A cura di Tommaso Iorco

LA RISATA DIVINA

L'umorismo di Sri Aurobindo

160 pp. - 11 x 17 - Euro 7,75
ISBN 978-88-8093-195-9

Mata Amritanandamayi

LUCE IMMORTALE

Consigli spirituali per i capifamiglia

112 pp. - 8 x 12,6 - Euro 5,16
ISBN 978-88-8093-043-3

Ilia Beliaev

TAUSHA

La vita avventurosa e le straordinarie esperienze spirituali e taumaturgiche di un mistico russo sfuggito al KGB

128 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 11,88
ISBN 978-88-8093-214-4

Salvatore Ceci

IL SILENZIO E IL POTERE

64 frammenti di saggezza

128 pp. - 11 x 17 - Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-437-0

Steve Taylor

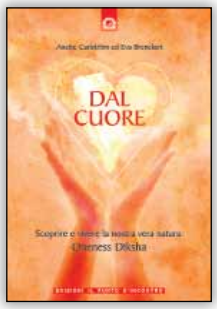
RISVEGLI SPIRITUALI

Come si manifestano le esperienze di risveglio e come renderle permanenti

288 pp. - 14 x 21,5 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-697-8

A pagina 27:
Fuori dal buio

DAN MILLMAN



Anette Carlström ed Eva Brenckert

DAL CUORE

Scoprire e vivere la nostra vera natura: Oneness Diksha

208 pp. - 14 x 21,5 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-652-7

BESTSELLER

Dan Millman

LA VIA DEL GUERRIERO DI PACE

Un libro che cambia la vita

256 pp. - 14 x 21,5 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-036-5

"All'inizio del dicembre del 1966, quando incontrai per la prima volta Socrate, nella mia vita si verificò una straordinaria serie di eventi. Quell'incontro casuale, e le avventure che seguirono, erano destinati a trasformare la mia vita".

Dan Millman

IL SACRO VIAGGIO DEL GUERRIERO DI PACE

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 12,91
ISBN 978-88-8093-175-1

Quattro anni dopo aver ricevuto l'addestramento dall'anziano guerriero chiamato Socrate, Dan parte alla riscoperta di una nuova fonte di ispirazione. Questo è il sacro viaggio che ciascuno di noi condivide, il viaggio verso la luce che splende nel cuore di ogni vita.

Da questo libro è stato tratto il film
La forza del campione, con Nick Nolte

Dan Millman e D. Childers

INTERVENTI DIVINI

Storie vere di misteri e di miracoli che cambiano la vita

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 13,00
ISBN 978-88-8093-311-3

Una serie di casi documentati ci offre la prova di come il nostro mondo sia ben più misterioso di quanto sembri. Un'incredibile raccolta di avvenimenti miracolosi e fenomeni inspiegabili.

Dan Millman

I VIAGGI DI SOCRATE

La vera storia del Guerriero di Pace

352 pp. - 14 x 21,5 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-501-8

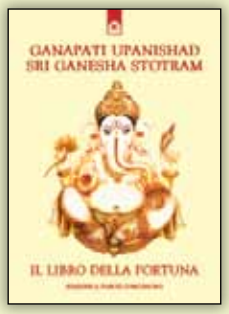
L'odissea che ha forgiato il carattere e temprato lo spirito di Serghei Ivanov (Socrate). Affascinante storia di coraggio, fede e amore, racconta come un ragazzo è diventato uomo, come un uomo è diventato guerriero e come un guerriero ha trovato la pace.

A pag. 25 *Interventi divini*

Da un manoscritto del Monte Athos

IL PELLEGRINO RUSSO

260 pp. - 12 x 17 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-153-9



A cura di Ramana

GANAPATI UPANISHAD SRI GANESHA STOTRAM

Il libro della fortuna

64 pp. - 12 x 17 - Rilegato - Euro 10,80
ISBN 978-88-8093-546-9

Ganapati Upanishad e Sri Ganesha Stotram sono due antichi testi vedici che promettono di dissolvere gli ostacoli che si incontrano nel proprio cammino e di trasformare la sfortuna in fortuna.

GANAPATI UPANISHAD SRI GANESHA STOTRAM 12 NOMI DI GANESHA:

il CD che toglie gli ostacoli e porta buona fortuna

Opuscolo e CD 23' 32" - Euro 9,50
ISBN 978-88-8093-547-6

Il CD contiene le tracce audio con la corretta recitazione del testo sanscrito, la traduzione in italiano e un opuscolo con il testo in sanscrito e in italiano.

Sushila Blackman

VOLO NELL'INFINITO

L'ultimo insegnamento
Come muoiono i grandi esseri

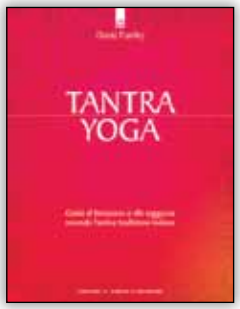
176 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 11,88
ISBN 978-88-8093-102-7

Harish Johari

L'ESSENZA DEL TANTRA

256 pp. - 17 x 22 - Euro 13,94
Illustrato a colori
ISBN 978-88-8093-162-1

A pagina 42 e 58 altri libri di H. Johari



David Frawley

TANTRA YOGA

Guida al benessere e alla saggezza secondo l'antica tradizione indiana

272 pp. - 17 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-375-5

Una chiara esposizione di principi fondamentali, con l'invocazione delle 10 Dee della Saggezza.

A pag. 42 altre opere di D. Frawley

Pandit Rajmani Tigunait

IL TANTRA SVELATO

Sedurre le forze della materia e dello spirito

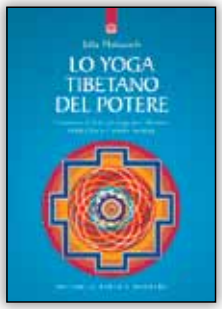
160 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 11,00
ISBN 978-88-8093-243-7

A cura di Stephen Mitchell

TAO TE CHING

144 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-735-7

Il Tao Te Ching (o Libro del sentiero) offre insegnamenti che portano equilibrio, una nuova prospettiva e uno spirito sereno e generoso. Insegnano il bene senza sforzo, seguendo e conoscendo le leggi del Tao, il principio di base dell'universo. Un manuale sull'arte di vivere, scritto con una lucidità cristallina, pieno di umorismo e grazia, di generosità e profonda saggezza.



Jutta Mattausch

LO YOGA TIBETANO DEL POTERE

L'essenza di tutti gli yoga per ottenere vitalità fisica e potere mentale

144 pp. - 12 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-140-9

KOSTA DANAOS

Kosta Danaos

IL MAGO DI GIAVA

Risvegliare i nostri poteri latenti con un autentico taoista immortale

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-406-6

Kosta Danaos

NEI KUNG

Gli insegnamenti segreti dei saggi guerrieri

208 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 11,90
ISBN 978-88-8093-405-9

NYOGEN SENZAKI

Nyogen Senzaki e R. S. Mc Candless

100 KOAN ZEN

Il flauto di ferro

168 pp. - 11 x 17 - Euro 6,50
ISBN 978-88-8093-263-5

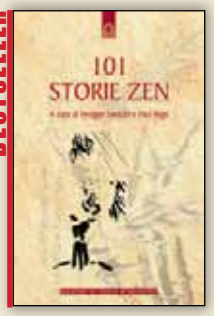
Nyogen Senzaki e Paul Reps

LA PORTA SENZA PORTA

di Ekai, chiamato Mu-Mom, seguito da 10 Tori, di Kakuan, e da Trovare il Centro

128 pp. - 11 x 17 - Euro 7,00
ISBN 978-88-8093-245-1

BESTSELLER



Nyogen Senzaki e Paul Reps

101 STORIE ZEN

Il classico della letteratura zen

128 pp. - 12 x 17 - Euro 7,00
ISBN 978-88-8093-246-8

Paolo Guido

DA BUDDHA A EINSTEIN

La struttura del pensiero orientale nella fisica moderna

160 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-380-9

Joe Hyams

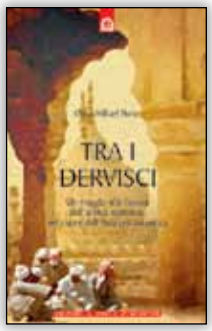
LO ZEN E LE ARTI MARZIALI

144 pp. - 12 x 17
Euro 7,00
ISBN 978-88-8093-190-4

Leonardo V. Arena

101 STORIE SUFI

128 pp. - 12 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-351-9



Omar Mihael Burke

TRA I DERVISCI

256 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-M893000237

Irina Tweedie

L'ABISSO DI FUOCO

Cronaca di un addestramento sufi

288 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-000-6

John Stevens

I SEGRETI DEL BUDO

Insegnamenti dei maestri di arti marziali per vivere meglio

144 pp. - 11 x 17 - Euro 9,90
ISBN 978-88-8093-409-7

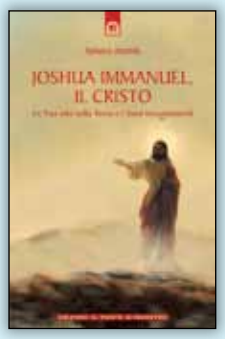
Denise Desjardins

NASCITA DOPO NASCITA

Rivivere le vite passate sotto la guida di un maestro spirituale

247 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 12,91
ISBN 978-M893000272

STYLIANOS ATTESHLIS, NOTO COME DASKALOS



Stylianos Atteshlis

JOSHUA IMMANUEL, IL CRISTO

La Sua vita sulla Terra e i Suoi insegnamenti

384 pp. - 14 x 21 - Euro 19,00
ISBN 978-88-8093-291-8

Il resoconto di eventi accaduti duemila anni fa, basato sulle testimonianze dirette che questo mistico cristiano fu in grado di offrirci.

Stylianos Atteshlis

IL SIMBOLO DELLA VITA

192 pp. - 14 x 21- Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-267-3

Daskalos ci rivela l'insegnamento segreto del Simbolo della Vita e ne spiega il significato e l'intima essenza, ispirandosi alla saggezza dell'Antico Egitto, ai misteri occulti e a episodi chiave della vita di Mosè.

BESTSELLER

Stylianos Atteshlis

INSEGNAMENTI DI STYLIANOS ATTESHLIS

Gli insegnamenti esoterici, la pratica esoterica, le parabole

352 pp. - 14 x 21,5
Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-570-4

Tre opere che costituiscono l'eredità spirituale del grande taumaturgo cipriota riunite in un unico volume.

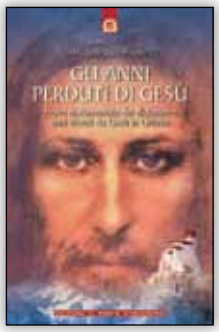
A cura di Panayiota Theotoki-Atteshli

PAROLE DI VERITÀ

Estratti dalle lezioni di Stylianos Atteshlis (noto come Daskalos)

208 pp. - 14 x 21 - Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-724-1

Una serie di estratti tratti dalle lezioni di Daskalos, mistico e taumaturgo cipriota, raccolti e curati dalla figlia Panayiota, sua erede spirituale.



Elizabeth Clare Prophet

GLI ANNI PERDUTI DI GESÙ

Prove documentate dei 17 anni vissuti da Gesù in Oriente

320 pp. - 13,5 x 21 - Euro 15,00
ISBN 978-88-8093-138-6

La trilogia dedicata al Mago di Strovolos

Kyriacos C. Markides

IL MAGO DI STROVOLOS

Il mondo straordinario di un guaritore spirituale

270 pp. - 14 x 21 - Euro 14,00
ISBN 978-88-8093-027-3

Il mondo affascinante di un maestro spirituale straordinariamente dotato. Un succedersi di insegnamenti esoterici e guarigioni.

Kyriacos C. Markides

FUOCO NEL CUORE

Mistici, saggi e guaritori nel mondo di Daskalos

288 pp. - 14 x 21 - Euro 15,90
ISBN 978-88-8093-025-9

Un viaggio nel mondo della coscienza umana, alla presenza di mistici e guaritori dalle doti straordinarie.

Kyriacos C. Markides

OMAGGIO AL SOLE

La saggezza di Daskalos

288 pp. - 14 x 21 - Euro 14,90
ISBN 978-88-8093-021-1

L'insegnamento di Daskalos, mistico e taumaturgo, attraverso l'amorevole disponibilità che egli offriva a tutti coloro che si rivolgevano a lui.

Panayiota Theotoki-Atteshli

LE PORTE VERSO LA LUCE

Esercizi e meditazioni

160 pp. - 14 x 21
Illustrato a colori - Euro 18,90
ISBN 978-88-8093-339-7

Una raccolta di insegnamenti di Daskalos, una guida preziosa e indispensabile per tutti coloro che ne hanno conosciuto il messaggio spirituale.

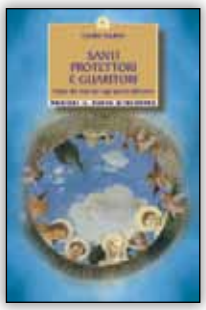
Roberto Pascolini

IL VANGELO DI POMPEI

Il messaggio scritto da Gesù nel Quadrato Magico

UN MISTERO SVELATO DOPO 2000 ANNI

240 pp. - 14 x 22 - Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-498-1



Caroline Gauthier

SANTI PROTETTORI E GUARITORI

Per ogni giorno dell'anno

256 pp. - 13,5 x 21,6 - Euro 13,00
ISBN 978-88-8093-331-1

Nato e vissuto a Cipro, Stylianos Atteshlis (vero nome di Daskalos), mistico e taumaturgo dai poteri eccezionali, è cresciuto sotto varie discipline e per oltre settant'anni ha insegnato la Cristianità Esoterica a piccoli gruppi di studenti. Negli ultimi anni della sua vita ha allargato il suo insegnamento a un sempre più vasto pubblico internazionale, compiendo anche alcuni viaggi in Italia, e ha pubblicato diverse opere che racchiudono l'essenza del suo messaggio universale.

L. Heston e Z. Holloway

WATERBABY

Come un pesce nell'acqua Manuale di acquaticità

64 pp. - 26 x 20
Illustrato a colori
Euro 10,07
ISBN 978-88-8093-203-1

Carolina Hehenkamp

BAMBINI INDACO

Un dono sconosciuto: sembrano "bambini difficili", ma hanno una marcia in più

200 pp. - 17 x 22
Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-318-2

Caron B. Goode

SCOPRIRE E VALORIZZARE I TALENTI DEI NOSTRI FIGLI

256 pp. - 17 x 22
Euro 13,00
ISBN 978-88-8093-254-3

Julie Tallard Johnson

GLI ANNI DI TUONO

Saggezza, creatività e rituali per gli adolescenti del nostro tempo

256 pp. - 17 x 22
Euro 13,90
ISBN 978-88-8093-317-5

Lorena Pajalunga

GIOCAYOGA

Un'antica disciplina per crescere sani e felici divertendosi

128 pp. - 17 x 22
Euro 13,90
Illustrato a colori
ISBN 978-88-8093-565-0

Micheline Nadeau

40 GIOCHI DI RILASSAMENTO

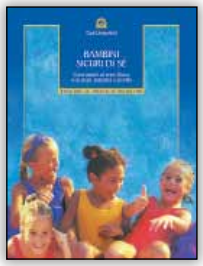
Per bambini da 5 a 12 anni

176 pp. - 17 x 22
Illustrato - Euro 12,50
ISBN 978-88-8093-319-9

Karyn Siegel-Mayer

50 SEMPLICI COCCOLE PER FAR FELICE IL TUO BEBÉ

160 pp. - 12 x 17
Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-401-1



Gael Lindenfield

BAMBINI SICURI DI SÉ

Come aiutarli ad avere fiducia in se stessi, autostima e serenità

192 pp. - 17 x 22
Euro 12,90
ISBN 978-88-8093-308-3

Josette Bétalloile

DI CHE SEGNO È IL TUO BAMBINO?

Scoprire e valorizzare i talenti dei nostri figli con l'astrologia

128 pp. - 17 x 22
Illustrato - Euro 14,98
ISBN 978-88-8093-289-5

Pat Thomas

COME MADRE NATURA

Terapie alternative per la gravidanza e il parto

176 pp. - 17 x 22
Euro 12,50
ISBN 978-88-8093-319-9

Robert Langis

SAPER DIRE NO AI BAMBINI

Come stabilire una autorità sana per il bene dei nostri figli e la felicità di tutta la famiglia

176 pp. - 12 x 17 - Euro 7,90
ISBN 978-88-8093-417-2

Francine Boisvert

GIOCARE E DIVERTIRSI PER IMPARARE

125 giochi e attività per bambini e ragazzi da 6 a 12 anni

160 pp. - 11 x 17 - Euro 6,90
ISBN 978-88-8093-399-1

NARRATIVA JUNIOR

Jean-Pierre Davidts

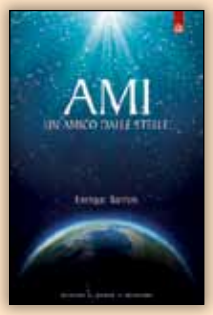
IL RITORNO DEL PICCOLO PRINCIPE

96 pp. - 12 x 17
Euro 5,90
ISBN 978-88-8093-194-2

Jean-Pierre de Villiers

L'ULTIMO VOLO DEL PICCOLO PRINCIPE

96 pp. - 11 x 17
Euro 5,50
ISBN 978-88-809-248-2



Enrique Barrios

AMI, UN AMICO DALLE STELLE

160 pp. - 14 x 21
Euro 10,90
ISBN 978-88-8093-076-1

Enrique Barrios

AMI RITORNA

Una promessa dalle stelle

160 pp. - 14 x 21
Euro 10,85
ISBN 978-88-8093-169-0

Enrique Barrios

AMI E LE CITTÀ SEGRETE

240 pp. - 14 x 21
Euro 13,50
ISBN 978-88-8093-277-2

E. Brasey e J.P. Debailleul

VIVERE LA MAGIA DELLE FIABE

Come il meraviglioso può cambiare la nostra vita

320 pp. - 14 x 21
Euro 15,00
ISBN 978-88-8093-234-5

INDICE DEI TITOLI

...E liberaci da anoressia e bulimia 44
100 koan zen 66
100 ricette anticellulite 32
101 storie sufi 66
101 storie zen 66
40 giochi di rilassamento 68
42 erbe per curarsi con l'energia della natura 33
50 semplici coccole per far felice il tuo bebé 68
50 semplici coccole per far felice il tuo cane 53
50 semplici coccole per far felice il tuo gatto 53
50 semplici coccole per farti felice 53
52 idee geniali per avere successo 17
7 cose che il tuo medico ha dimenticato di dirti 32
7 oli veramente essenziali 39
A scuola dallo sciamano 20
A te ritorneremo 59
Abbassare il colesterolo senza farmaci 35
Acai: Il frutto della vita 4
Accettare ciò che è 52
Affermare se stessi e osare dire no 51
Aiutami a cambiare il mondo 12
Alghe 28
Alimentazione senza glutine e latticini 31
Alimenti preventivi contro il cancro 31
Alle sorgenti del canto sacro 26
Allena il tuo cervello all'eccellenza con la PNL 21
Ama! Libera e senza freni 54
Amalgama: Il veleno nei denti 2
Amare ciò che è 19
Amare senza soffrire 55
Amarsi nella pancia 34
Ami e le città segrete 68
AMI ritorna 68
AMI, un amico dalle stelle 68
Amicizia con la Terra 59
Amicizie tossiche 52
Amore a prima svista 55
Amore, fedeltà, bugie e tradimento 54
Amuleti e talismani 56
Ananda Moyi Ma 63
Ancora uno e poi basta… 50
Angeli, zanzare e castelli 25
Anima pellerossa 59
Animali di potere 56
Annamalai Swami 62
Antibiotici naturali 33
Apartment therapy 37
Archetipi 3
Argento colloidale 2
Aroma antiallergie 39
Aroma antistress 39
Ascoltando il Grande Spirito 60
Aspartame e dolcificanti artificiali 32
Attacchi di panico 44
Aura: i campi energetici dell'uomo 50
Autobiografia di Nuvola Rossa 59
Autodiagnosi amorosa 54
Avere di più facendo di meno 17
Avere un naturopata in casa 33
Ayurveda e linguaggio del corpo 42
Ayurveda e aromaterapia 42
Ayurveda e la mente 42
Ayurveda e panchakarma 42
Ayurveda, la scienza dell'auto-guarigione 42
Bambini indaco 68
Bambini sicuri di sé 68
Basta sensi di colpa 51
Bhagavad Gita 62
Bodywork 44
Brainwaves per il mal di testa 44
Brainwaves per l'apprendimento 44
Brainwaves per l'insonnia 44
Business consapevole 22
Business e pnl 5
Cambia il tuo cervello, cambia il tuo corpo 49
Cambia il tuo cervello, cambia la tua vita 49
Cambia il tuo destino con un clic 19
Capelli sani 37
Carlos Castaneda e i guerrieri di don Juan 57
Casa pulita naturalmente 36
Che emisfero sei? 49
Che fare quando non sai che pesci pigliare 24
Che fare quando tutto va male? 50
Che gli angeli siano con te 23
Cheiro 58
Chi sono i padroni del mondo? 16
Chi sono io? 62
Chiromanzia medica cinese 43
Cinque desideri 17
Ciò che non sai sul cibo e che può salvarti la vita 4
Clean 34
Come affrontare la perdita di una persona cara 48
Come coltivare reazioni emotive intelligenti 47
Come entrare nel suo cuore senza uscire di testa 8
Come in 2 sole settimane sono sceso da 50 a 0 sigarette al giorno 40
Come liberarsi dal superfluo e vivere felici 37
Come liberarsi dalle ripetizioni familiari negative 45
Come madre natura 68
Come si manifestano le esperienze di risveglio e come renderle permanenti 64
Comprendere i messaggi del nostro corpo 47
Comprendere i messaggi delle nostre articolazioni 2
Confrontarsi senza litigare 52
Consigli di benessere alimentare 34
Conversazioni con Carlos Castaneda 57
Conversazioni con Ramana Maharshi 62
Corso di Risveglio 10
Coscienza molecolare 26
Costellazioni familiari sistemiche 3
Creativi e vincenti 19
Credi in te con la Pnl 21
Cristalli di potere 56
Cromoterapia, cromoestetica e fototerapia 40
Curare l'ipertensione senza farmaci 35
Curare la prostata senza farmaci 35
Curare la schiena senza chirurgia 38
Curcuma 28
Da Buddha a Einstein 66
Dal cuore 65
Danzare il sogno 61
Derubati di sovranità 16
Di che segno è il tuo bambino? 68
Diade 52
Diario pellerossa 59
Dieci grandi capi 60
Dieta Dukan pro e contro 32
Dimagrire con il tapping 32
Dimagrire è più facile che ingrassare! 32
Dimentica gli occhiali 6
Dimmi come vedi e ti dirò come sei 48
Dimmi dove ti fa male: glossario psicoenergetico 47
Dimmi dove ti fa male e ti dirò perché 47
Dimmi quando ti fa male e ti dirò perché 47
Dire basta alla dipendenza affettiva 54
Dire sì all'amore insieme agli angeli 23
Diventa ciò che vuoi, ottieni ciò che vuoi 17
Dolore cronico 35
Donne che si preoccupano troppo 52
Dopo i 50... 55
E io non pago! 16
E se non fosse depressione? 50
Earthwalks, meditazioni in movimento 57
EFT l'ultima frontiera del successo 18
Eft: istruzioni per l'uso 46
Egitto segreto 62
Erbe per l'anima 39
Esperimenti scientifici non autorizzati 14
Esprimere la collera senza perdere le staffe 51
Essere nel sogno 57
Euroballe 16
Expect Miracles 10
Fare i cosmetici naturali è facile 37
Feng shui interiore 50
Figli del Grande Spirito 59
Fiori di Bach e astrologia 39
Fiori himalayani e fiori di Bach 39
Fisioterapia spirituale per la schiena 38
Fools Crow, saggezza e potere 60
Foresta tropicale 72
Fruttalia 30
Fruttoterapia 30
Fuoco nel cuore 67
Fuoco sacro 60
Fuori dal buio 27
Ganapati Upanishad Sri Ganesha Stotram 65
Geometria del male 15
Geometria della guarigione 33
Gesti e atteggiamenti che parlano da soli 52
Giardino giapponese 72
Giocare e divertirsi per imparare 68
Giocayoga 68
Giochi divinatori 58
Gioia vegan 30
Gli anni di tuono 68
Gli anni perduti di Gesù 67
Gli elisir dei minerali 38
Goji 29
Guarigione emotiva in pochi minuti con il metodo Eft 46
Guarire con i simboli 33
Guarire con l'astrologia 39
Guarire con la terapia dei marma 42
Guarire con le campane tibetane 41
Guarire dalla sclerosi multipla 33
Guarire è facile, basta volerlo? 34
Guarire la propria storia familiare 45
Guarire le ferite interiori 52
Gurdjieff 63
Ho bisogno del tuo amore – è vero? 19
Ho combattuto con Geronimo 61
Ho provato la "Nuova Medicina" del dottor Hamer 34
Ho'oponopono 20
Ho-oponopono occidentale 20
I 36 stratagemmi 11
I 7 principi della serenità 51
I 72 Angeli del destino 23
I 9 segreti dell'intuizione 5
I benefici dell'acqua alcalina 29
I cavalli del vento 57
I chakra 43
I cinque livelli dell'attaccamento 13
I cinque segreti del drago 22
I funghi che guariscono 28
I miei giorni con Bhagavan 62
I mondi del pendolo 27

INDICE DEI TITOLI

TITOLO	PAG.
I mondi del rabdomante	27
I mudra dei desideri	43
I numeri che guariscono	26
I quattro accordi	12
I quattro elementi del cambiamento	13
I quattro passi	54
I segreti dei popoli centenari	32
I segreti del Budo	66
I segreti del lievito di birra	28
I segreti del subconscio	49
I segreti dell'autostima	52
I segreti della guarigione Ayurvedica	42
I segreti della serotonina	36
I simboli degli Indiani d'America	56, 60
I simboli dei Celti	56
I simboli dei sogni	45
I simboli maya, inca e aztechi	56
I soldi non sono un problema, il problema sei tu!	17
I viaggi di Socrate	65
Il bambino e il mago	25
Il calendario sacro	60
Il canto degli spiriti	26
Il canto delle stelle	56
Il cervello felice	49
Il cervello in amore	49
Il codice del potere	11
Il codice segreto del tuo nome	26
Il coraggio di diventare ricchi	17
Il Dalai Lama, una politica di gentilezza	15
Il dito e la luna	11
Il fenomeno degli ORB	24
Il fluire del Ki	43
Il gioco dell'eroe	11
Il grande libro di Ho'oponopono	20
Il lato comico della tua mente	49
Il lato positivo	48
Il lavoro	19
Il libro del tè verde	29
Il libro del sentiero sacro	61
Il libro della cucina yoga	30
Il libro delle bacchette magiche	25
Il libro delle parole magiche	25
Il libro tibetano della guarigione	43
Il linguaggio della guarigione	47
Il Mago di Giava	66
Il Mago di Strovolos	67
Il manuale del feng shui	37
Il miracolo dell'acqua	27
Il mondo è delle coraggiose	19
Il nuovo programma anticancro	31
Il partner sulla porta	55
Il passaggio degli stregoni	57
Il pellegrino russo	65
Il piacere senza stress	55
Il piccolo libro della vita	19
Il potere del quattro	22
Il potere curativo degli oli essenziali	39
Il potere curativo di acqua e sale	29
Il potere dei mudra	43
Il potere dei ricordi	45
Il potere dei sogni e la dermo-riflessologia	45
Il potere del possibile	18
Il potere delle coincidenze	27
Il potere delle parole	21
Il potere di curare	42
Il potere di guarigione dei suoni	41
Il potere di guarigione dell'Hado	43
Il potere è in te	51
Il quinto accordo	12
Il ritorno del Piccolo Principe	68
Il sacro viaggio del guerriero di pace	65
Il saggio delle montagne azzurre	63
Il santo, il surfista e l'amministratore delegato	22
Il segreto delle persone felici	18
Il sentiero tolteco della ricapitolazione	57
Il settimo senso	15
Il silenzio e il potere	64
Il simbolo della vita	67
Il sogno della strega	57
Il sole che guarisce	31
Il tantra svelato	65
Il tempo della fine	15
Il tuo cervello ti fa ingrassare?	50
Il tuo potere intuitivo	24
Il Vangelo di Pompei	67
Il vento è mia madre	59
Imparate a non controllare tutto	51
Impariamo a diventare ricchi	17
In cammino con un saggio pellerossa	59
In ordine di nascita	45
Incontra il tuo angelo custode	23
Indagine sulla mente	63
India segreta	62
Ingredienti pericolosi	36
Insegnamenti di Stylianos Atteshlis	67
Integratori alimentari	30
Intelligenza emotiva 2.0	18
Interroga i tuoi pensieri e cambia il mondo	19
Interventi divini	25
Interventi divini	65
Intestino sano	34
Intolleranze alimentari	31
Introduzione alla meditazione trascendentale di Maharishi	63
Io e il cane	53
Istruzioni mancanti sulla vita	10
Istruzioni per l'uso	49
Jogging	44
Joshua Immanuel, il Cristo	67
Karma cards	58
Killer Cola	32
Killer sugar	32
Krishnamurti	63
L'abisso di fuoco	66
L'amore dopo un bebè	55
L'arcangelo Raphael	23
L'arte della concentrazione	49
L'arte di dare e ricevere	19
L'arte di guarire con la musica	41
L'energia guaritrice delle mani	43
L'essenza dei quattro accordi	13
L'essenza del tantra	65
L'essenza della padronanza dell'amore	13
L'I Ching della medicina	43
L'incredibile Sai Baba di Shirdi	63
L'obesità nel bambino e nell'adolescente	32
L'oracolo dei Druidi	58
L'ultimo volo del Piccolo Principe	68
L'universo ai tuoi ordini	17
L'uomo che conosceva la Medicina	60
La bocca della salute	48
La camminata veloce	41
La congiura degli illuminati	15
La consapevolezza che guarisce	7
La coppia che scoppia	54
La corsa dolce	41
La crusca d'avena	29
La cucina ayurvedica	42
La depressione	44
La dieta metabolica per tutti	31
La felicità si impara	53
La fisica del successo	17
La fontana d'oro	38
La forza dell'attimo presente	48
La frequenza del sì	23
La grazia del guru	63
La lettura del viso	43
La magia di Merlino, il mago	24
La medicina dei Cherokee	60
La medicina di santa Ildegarda	33
La menopausa non è una malattia	35
La mia Danza del Sole	60
La mia vita con i maestri himalayani	63
La nuova PNL	21
La padronanza del sé nascosto	20
La padronanza dell'amore	12
La porta senza porta	66
La respirazione dinamica	40
La risata divina	64
La rivoluzione crudista	30
La rivoluzione gentile	15
La ruota delle lune	61
La saggezza dei Toltechi	57
La salute del fegato	34
La salute tra le righe	45
La salute nelle nostre mani	43
La scienza ayurvedica della bellezza naturale	42
La simmetria nascosta	3
La spiritualità della Madre Terra	60
La tecnica del togliere	21
La tensegrità di Carlos Castaneda	57
La terra sacra	56
La tua mano parla	58
La tua mente può guarire il tuo corpo	47
La tua strada è già tracciata?	9
La tua vita cambia ogni 7 anni	27
La vera causa di molte malattie	33
La verità guarisce	48
La verità sul colesterolo	35
La via dell'Atleta di Vita	22
La via dei quattro accordi	12
La via del guerriero di pace	65
La via dell'umorismo	11
La vita Professionale e la pratica Meditativa	22
La voce che guarisce	41
La voce dell'arcobaleno	41
La voce della conoscenza	12
Le carte degli Elfi	56
Le carte dei Celti	58
Le carte dei cristalli d'acqua	27
Le carte dei numeri	58
Le carte dei quattro accordi	13
Le carte del sentiero sacro	61
Le carte del Kadosh	23
Le carte della padronanza dell'amore	13
Le carte della voce della conoscenza	13
Le carte delle driadi	56
Le carte delle parole magiche	25
Le carte lakota della capanna di purificazione	61
Le chiavi del successo	17
le chiavi della fortuna	9
Le costellazioni familiari	45
Le erbe delle stelle	39
Le incredibili proprietà terapeutiche del cloruro di magnesio	29
Le incredibili proprietà terapeutiche dei semi di pompelmo	29
Le incredibili proprietà del bicarbonato di sodio	28
Le incredibili virtù dei succhi verdi	29
Le malattie e le loro emozioni	47
Le medicine della foresta	38
Le migliori piante medicinali	33
Le otto cure rivitalizzanti	29
Le porte verso la luce	67
Le quattro profezie	13
Le sbalorditive capacità del	

INDICE DEI TITOLI

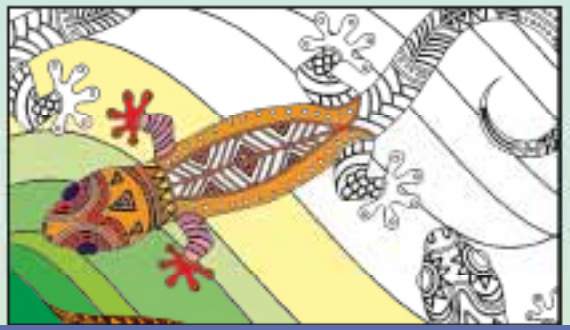
TITOLO	PAG.
cervello	49
Le sette penne dell'aquila	56
Le virtù del caffè	28
Le virtù del cioccolato	28
Liberarsi dalle energie negative	27
Liberi dai ruoli, felici nella vita	18
Lo spirito che viaggia	44
Lo spirito dell'albero sacro	60
Lo stretching dei meridiani	38
Lo yoga delle mani e i suoi segreti	
Lo yoga tibetano del potere	66
Lo zen e l'arte della comunicazione	22
Lo zen e l'arte di cucinare	30
Lo zen e l'arte di innamorarsi	55
Lo zen e le arti marziali	66
Luce immortale	64
Luminoterapia	31
Magia naturale in azione	24
Magia positiva	24
Mai più manipolati	53
Mai più vittima	53
Mana cards	20
Mandala e Yantra	37
Manuale del sesso illuminato	55
Manuale di PNL	21
Manuale per donne lasciate	54
Massaggio antirughe	40
Massaggio ayurvedico	42
Massaggio fotocromatico	40
Massaggio psicocorporeo per la donna	40
Matrix reimprinting	46
Meditare fa bene	63
Meditazione e salute	63
Mental Aikido	21
Mente in forma con il neuro-tuning	46
Mente in forma a ogni età	49
Mère	64
Metodi naturali per curare allergie e intolleranze	31
Mille nomi per la gioia	19
Mindwork	44
Mollare la presa	52
Mudra, lo yoga delle mani	43
Musica indiana	26
Musica per la tua casa	44
Musicoterapia cinematografica per la paura di volare	44
Musicoterapia per attacchi di panico 2	44
Musicoterapia per la paura	44
Musicoterapia per le ossessioni	44
Musicoterapia per attacchi di panico	44
Musicoterapia per la depressione	44
Nascita dopo nascita	66
Nei Kung	66
Nel cuore delle case	48
Nel cuore del massaggio ayurvedico	42
Nessuno nasce, nessuno muore	63
Nobile Uomo Rosso	60
Non ostacolare te stesso!	51
Non temere i cambiamenti	50
Notti in bianco addio	36
Numerologia	58
Nutrizione cellulare	30
Oltre i limiti del corpo	57
Oltre la Capanna del Sole	60
Oltre la paura	13
Oltre ogni limite (Extreme Spirituality)	18
Omaggio al sole	67
Omega 3-6-9	39
Parlami	25
Parole di verità	67
Parole magiche 2	25
Parole magiche 3	25
Paura intelligente	51
Pecore da tosare	16
Perché Alzheimer	35
Perché mi ammalo?	4
Perché non riesci a dimagrire	50
Personalità, Emotività, Sessualità e altre 1000 differenze tra uomo e donna, oltre i luoghi comuni	6
Petrolio	16
Più giovani e in forma con il metodo kneipp	34
Più natura in casa	36
PNL in 21 giorni	21
Polarity therapy	42
Prana, i segreti dell'energia vitale	43
Preghiere	12
Pretty Shield	60
Prima della coscienza	63
Programmazione mentale	15
Pronto soccorso cinematografico per cuori infranti	54
Pronto soccorso omeopatico	33
Protezione psichica	48
Punto zero	10, 20
Puoi cambiare	21
Quantum Touch	38
Quinoa	29
Ramana Maharshi	62
Realizza i tuoi desideri	10
Rebirthing	40
Reincarnazione	24
Reishi, il fungo dell'immortalità	28
Relazioni vincenti	21
Responsabile sì, colpevole no!	50
Riallineamento Spirituale	38
Riflessologia della memoria	45
Ripulire i propri organi	34
Risvegli spirituali	64
Rivelazioni non autorizzate	14
Rivoluzione non autorizzata	14
S.O.S. emicrania	36
Sai Baba parla del mondo e di Dio	64
Sai Baba parla di educazione	64
Sai Baba parla all'Occidente	64
Sai Baba parla dei rapporti di coppia	64
Sai Baba parla della psicoterapia	64
Sai Baba parla di alimentazione e salute	64
Sai che gli Alberi Parlano?	59
Sanjiao	11
Santi protettori e guaritori	67
Saper amare intelligentemente	55
Saper dire no ai bambini	68
Scegli il sesso del tuo bebè col metodo Roberte	55
Scegliere le proprie emozioni	53
Sciamanager	22
Scoperte archeologiche non autorizzate	14
Scoperte mediche non autorizzate	14
Scoperte scientifiche non autorizzate	14
Scoprire e valorizzare i Talenti dei nostri figli	68
Scuola di magia	24
Segnali d'amore	54
Semi di consapevolezza	63
Sentiero pellerossa	59
Sesso, amore e dharma	55
Shabono	57
Sii ciò che sei	62
Simboli di potere	56
Slow cosmétique	37
Smaltire la spazzatura emotiva	46
Smettere di fumare	40
Smettere di lavorare	5
Smetti di essere i tuoi sintomi e comincia a essere te stesso	47
Sono stanco, ma non so perché...!	36
Sono un perfezionista, ma mi curo!	51
Space clearing	37
Spezie, aromi e condimenti	7
Spirit healing	60
Sri Tripura Rahasya	62
Stimolare il sistema immunitario	31
Suoni di guarigione	44
Tantra yoga	65
Tao Te Ching	66
Tarocchi e parole magiche	8
Tausha	64
Tecnosciamani	24
The Deeper Secret	22
The key	10
Tiziano Terzani: la forza della verità	15
Toro Seduto	61
Tra i Dervisci	66
Trance dance	44
Trappola globale	16
Trasforma otto emozioni letali in emozioni sane	46
Trasformare i no in sì	22
Trattato di Medicina ayurvedica	42
Tribal tattoo	56
Tu sai più di quanto credi	24
Tutti i segreti del limone	6
Un corpo per curarmi, un'anima per guarire	47
Un soffio di serenità	25
Usa il cuore, non la testa	53
Vampiri energetici	52
Veg & Veg	9
Vegan junior	7
Vegan snack	8
Viaggi nella voce	26
Viaggiare bene con le medicine naturali	36
Victorio, capo e guerriero apache	61
Vincere l'asma	40
Vita e insegnamenti dei maestri del lontano Oriente	63
Vite terrene, vita nell'aldilà	23
Vivere bene qui e ora	48
Vivere la magia delle fiabe	68
Vivere nella zona spirituale	23
Vivere una vita di consapevolezza	13
Vivi semplice, vivi meglio	48
Voce della conoscenza	13
Volo nell'infinito	65
Warrior Woman	61
WaterBaby	68
Work music	44
Yin Yang marketing	22
Yoga e ayurveda	42
Yoga per la schiena	38
Zenzero	28
Zero limits	10
Zero limits	20

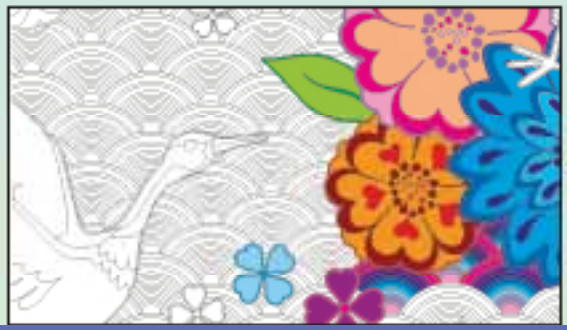
GLI ALBUM ANTISTRESS DA COLORARE E DISEGNARE

Amanda England
FORESTA TROPICALE
Album antistress:
45 tavole da colorare e 45 tavole da disegnare
96 pp. - 21 x 21 - Illustrato - ISBN 978-88-6824-284-4 - Euro 8,90

Amanda England
GIARDINO GIAPPONESE
Album antistress:
45 tavole da colorare e 45 tavole da disegnare
96 pp. - 21 x 21 - Illustrato - ISBN 978-88-6824-284-0 - Euro 8,90

Concedetevi un momento tutto per voi, piacevole e rilassante: colorare i suggestivi disegni della Foresta Tropicale e del Giardino Giapponese vi farà allentare le tensioni della giornata. Le immagini prenderanno vita sotto i vostri occhi e il potere antistress della vostra creatività si trasformerà in energia e benessere. Pennarelli, matite, pastelli, tempere... qualunque strumento abbiate a disposizione, liberate la vostra ispirazione! I fogli del blocco possono essere staccati per colorare con gli amici ed esporre i lavori più riusciti. Bastano pochi minuti al giorno, finirete sempre con un sorriso.





LiBeRi di LeGGeRe
...ore, corpo e mente. Il punto d'incontro del benessere
...isita il nostro blog!
...gni settimana nuovi articoli, ricette, interviste,
...deo e offerte della nostra casa editrice...
...beri di leggere, leggere per essere liberi!
www.liberidileggere.com

ANCHE IN EBOOK
E-BOOK
Oltre 200 titoli di questo catalogo sono disponibili sul nostro sito anche come e-book (libri elettronici). L'elenco degli e-book è in continuo aggiornamento.
www.edizionilpuntodincontro.it sezione ebook

Tutte le informazioni contenute nel presente catalogo possono subire variazioni senza preavviso.

www.edizionilpuntodincontro.it

EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO
Via Zamenhof 685
36100 Vicenza
Tel. 0444 239189
Fax 0444 239266

ISBN 978-88-8093-241-3
9 788880 932413

postatarget creative
NE/VI0065/2008
Posteitaliane